



Universidad
Nacional
de Loja

Universidad Nacional de Loja

Facultad de la Salud Humana

Carrera de Psicología Clínica

**Duelo migratorio y resiliencia en personas adultas en situación de
movilidad humana que residen en la ciudad de Loja, periodo 2022-2023.**

**Trabajo de Integración Curricular
previo a la obtención del título de
Licenciada en Psicología Clínica.**

AUTORA:

Jenny Susana Elizalde Guerrero.

DIRECTORA:

Psicóloga Clínica. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez Mg.

Loja, Ecuador

2023

Certificación de directora



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Facultad
de la Salud
Humana

CERTIFICACIÓN

Loja, 27 de marzo de 2023

Psicóloga Clínica
Cindy Estefanía Cuenca Sánchez. Mg. Sc.
DIRECTORA DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Certifico:

Haber revisado, dirigido y orientado con pertinencia todo el proceso de la elaboración del trabajo de integración curricular, titulado: **“Duelo Migratorio y Resiliencia en Personas Adultas en Situación de Movilidad Humana que Residen en la Ciudad de Loja, periodo 2022-2023”**, de autoría de la estudiante Jenny Susana Elizalde Guerrero con C.I. 1717200636; estudiante de 8vo ciclo de la carrera de Psicología Clínica, previa a la obtención del título de Licenciada en Psicología Clínica, una vez que el trabajo cumple con todos los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja para el efecto, certifico la **culminación y aprobación** del presente trabajo de integración curricular, y autorizo su presentación para la respectiva sustentación y defensa.

Atentamente,



Psi. Cl. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez. Mg.Sc.
1105031262
cindy.cuenca@unl.edu.ec
PERSONAL ACADÉMICO OCASIONAL 1 DE LA UNL
DIRECTORA DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
c.c.: Archivo

Autoría

Yo, **Jenny Susana Elizalde Guerrero**, declaro ser autora del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos, de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente, acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Digital Institucional – Biblioteca Virtual.

Firma: 

Cédula de Identidad: 1717200636

Fecha: 14/04/2023

Correo electrónico: jenny.elizalde@unl.edu.ec

Teléfono o celular: 0984921838

Carta de autorización

Yo, **Jenny Susana Elizalde Guerrero**, declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular denominado: **Duelo migratorio y resiliencia en personas adultas en situación de movilidad humana que residen en la ciudad de Loja, periodo 2022-2023**, como requisito para optar el título de **Licenciada en Psicología Clínica**, autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que, con fines académicos, muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los catorce días del mes de abril del año dos mil veintitrés.

Firma:

Autora: Jenny Susana Elizalde Guerrero

Cédula: 1717200636

Dirección: San Cayetano Bajo, calles: Bucarest y Hamburgo

Correo electrónico: jenny.elizalde@unl.edu.ec

Teléfono/celular: 0984921838

DATOS COMPLEMENTARIOS:

Directora del Trabajo de Integración Curricular: Psi. Clin. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez Mg.

Dedicatoria

A Dios, por aquella luz verdadera que alumbra mi vida, por su infinita bondad y amor, quien ha sido el conductor de mi vida en los momentos más difíciles, por darme las fuerzas para continuar en este proceso de culminar un sueño hecho realidad. A mis hijos, Kerly, Anthony y Anderson, a mi esposo por su apoyo, quienes con su paciencia y amor han inspirado en mí esfuerzo y valentía ante las dificultades y debilidades. A mis padres por cuidarme y haberme dado la vida, a mi familia consanguínea y familia en Cristo, por sus oraciones, su tiempo, sus consejos, gracias por siempre alentarme a proseguir en la meta sin mirar atrás, y a todos aquellos que han contribuido a mi formación humana.

Con profunda y eterna gratitud:
Jenny Susana Elizalde Guerrero.

Agradecimiento

La culminación y presentación de este Trabajo de Integración Curricular, merece expresar mi profundo agradecimiento a la Universidad de Loja, a la Facultad de la Salud Humana, y especialmente al personal directivo, administrativo y a los docentes de la carrera de Psicología Clínica, quienes con sus conocimientos y calidad humana han contribuido a mi formación personal y profesional.

Así también, mi gratitud inmensa a los usuarios del Proyecto de Movilidad Humana del Cantón Loja, por haber sido partícipes de esta investigación al facilitar la información necesaria para su ejecución, a la Prefectura de Loja, al Dr. Diego Matamoros y a la Dra. Cristina León, por haberme dado la apertura en el Proyecto y permitido llevar a cabo mi estudio investigativo.

Un especial agradecimiento a mi directora del Trabajo de Integración Curricular, la Psi. Cl. Cindy Cuenca, por guiarme con sus conocimientos y orientaciones para desarrollar y culminar con éxito esta investigación. Igualmente, mi gratitud a la Dra. Ana Puertas, por apoyarme durante el proceso y desarrollo académico.

Agradezco a mis compañeros y amigos, por su amistad, su apoyo a lo largo de la Carrera, gracias por los momentos de aprendizaje, compañerismo y comprensión que, sin duda, hoy se ve reflejado nuestro esfuerzo y dedicación.

Jenny Susana Elizalde Guerrero.

Índice de contenido

Portada.....	i
Certificación de directora	ii
Autoría.....	iii
Carta de autorización.....	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Índice de contenido	vii
Índice de tablas.....	x
Índice de anexos	x
1. Título.....	1
2. Resumen	2
2.1. Abstract	3
3. Introducción	4
4. Marco teórico	7
Capítulo 1: Duelo migratorio	7
4.1. Definición.....	7
4.2. Historia.....	7
4.3. Características del duelo migratorio.....	8
4.4. Causas del duelo migratorio	9
4.5. Consecuencias del duelo migratorio	9
4.6. Origen del síndrome de Ulises	10
4.7. Etapas del duelo migratorio	11
4.7.1. Negación	11
4.7.2. Ira	11
4.7.3. Negociación	11
4.7.4. Depresión	11
4.7.5. Aceptación	12
4.8. Los siete duelos de la migración	12

4.8.1. Duelo por la familia y seres queridos.....	12
4.8.2. Duelo por la lengua	12
4.8.3. Duelo por la cultura.....	13
4.8.4. Duelo por la tierra	13
4.8.5. Duelo por el estatus social	13
4.8.6. Duelo por el grupo de pertenencia	14
4.8.7. Duelo por los riesgos físicos	14
Capítulo 2: Resiliencia	14
4.9. Definición.....	14
4.10. Dimensiones de la resiliencia.....	15
4.11. Perfil de una persona resiliente	16
4.12. Desarrollo del comportamiento resiliente	16
4.13. Intervención psicológica en resiliencia	17
4.13.1. Estrategias psicológicas de intervención.....	17
5. Metodología	19
5.1. Enfoque y diseño de la investigación.....	19
5.2. Área de estudio.....	19
5.3. Población y muestra	19
5.3.1. Criterios de inclusión	20
5.3.2. Criterios de exclusión.....	20
5.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
5.4.1. Test del Kayak (Test de evaluación del estrés y el duelo migratorio)	21
5.4.2. Escala de Resiliencia de 14-Item (ER-14)	22
5.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	23
5.7. Consideraciones éticas	23
5.7.1. Consentimiento informado.....	24
5.8. Procedimiento por etapas	24
6. Resultados	25
6.1. Tipos y dimensiones del duelo migratorio	25
6.2. Resiliencia en personas en movilidad humana.....	26
6.3. Propuesta de un plan de prevención psicológica.....	26
6.3.1. Presentación	26
6.3.2. Justificación	26

6.3.3. Objetivo general	27
6.3.4. Objetivos específicos	27
6.3.5. Metodología de las sesiones.....	27
6.3.5.1. Recursos.	27
6.3.5.2. Estructura de las sesiones.....	27
6.3.6. Sesiones del plan de prevención psicológica	27
Sesión 1: Vivir el duelo no es lo mismo que pensar el duelo.....	28
Sesión 2: El duelo como una oportunidad de renacimiento.	29
Sesión 3: Se nace o se hace resiliente.	32
Sesión 4: Construyendo mi resiliencia.	33
Sesión 5: Mi apoyo familiar y social.....	35
Sesión 6: Fomento de la resiliencia comunitaria.....	37
7. Discusión.....	39
8. Conclusiones	42
9. Recomendaciones.....	43
10. Bibliografía	44
11. Anexos.....	50

Índice de tablas

Tabla 1 Datos sociodemográficos de la población de estudio.....	20
Tabla 2 Dimensiones y tipos del duelo migratorio.....	25
Tabla 3 Niveles de resiliencia de los participantes.....	26

Índice de anexos

11.1. Anexo 1: Solicitud del informe de estructura y coherencia del Trabajo de Integración Curricular	50
11.2. Anexo 2: Respuesta del informe de estructura y coherencia del Trabajo de Integración Curricular	51
11.3. Anexo 3: Solicitud de apertura en el Proyecto de Movilidad Humana.....	53
11.4. Anexo 4: Autorización de apertura en el Proyecto de Movilidad Humana	55
11.5. Anexo 5: Consentimiento informado	56
11.6. Anexo 6: Test del Kayak (Test de evaluación del estrés y el duelo migratorio)	59
11.7. Anexo 7: Escala de Resiliencia de 14-Item (ER-14).....	61
11.8. Anexo 8: Entrevista de datos sociodemográficos	62
11.9. Anexo 9: Certificado de traducción del Abstract	64

1. Título

Duelo migratorio y resiliencia en personas adultas en situación de movilidad humana que residen en la ciudad de Loja, periodo 2022-2023.

2. Resumen

El objetivo de esta investigación fue determinar los tipos de duelo migratorio y el nivel de resiliencia en personas adultas en situación de movilidad humana que residen en la ciudad de Loja. La metodología empleada fue cuantitativa, de alcance descriptivo, diseño no experimental y corte transversal; se utilizó el muestreo incidental por conveniencia, la muestra estuvo conformada por 60 participantes, 46 mujeres y 14 hombres, en edades comprendidas entre 19 a 82 años; los instrumentos empleados para la obtención de datos fueron: entrevista sociodemográfica, el Test del Kayak para el duelo migratorio, y la Escala de Resiliencia (ER-14) para medir el nivel de resiliencia; para el análisis estadístico de los datos se utilizó Excel y SPSS Statistics versión 25. Los resultados evidencian que la mayor parte de la muestra de estudio tienen un duelo adaptativo en las siete dimensiones del duelo migratorio evaluado, sin embargo, existe un porcentaje considerable de duelos desadaptativos y patológicos en las dimensiones cultura, tierra, estatus social y riesgos físicos; respecto a los niveles de resiliencia, estos mayoritariamente se ubican en un nivel normal, alto y muy alto, mientras que un porcentaje mínimo, poseen un bajo nivel de resiliencia. Finalmente, considerando la población que evidencia un duelo desadaptativo y nivel de resiliencia bajo, se diseñó un plan de prevención psicológica enfocado en ayudar a solventar las necesidades emocionales presentes en esta área.

Palabras clave: migración, resiliencia, pérdida, adaptación.

2.1. Abstract

The objective of this research was to determine the types of migratory mourning and the level of resilience in adults in a situation of human mobility residing in Loja city. The methodology used was quantitative, descriptive in scope, non-experimental and cross-sectional design; incidental sampling by convenience was used, the sample consisted of 60 participants, 46 women and 14 men, aged between 19 and 82 years; the instruments used to obtain data were: sociodemographic interview, the Kayak Test for migratory grief, and the Resilience Scale (ER-14) to measure the degree of resilience; Excel and SPSS Statistics version 25 were used for the statistical analysis of the data. The results show that most of the study sample has an adaptive mourning in the seven dimensions of migratory mourning evaluated, however, there is a considerable percentage of maladaptive and pathological mourning in the culture, land, social status and physical risks dimensions; regarding the degrees of resilience, these are mostly located in a normal, high and very high level, while a minimum percentage have a low level of resilience. Finally, considering the population with maladaptive mourning and low level of resilience, a psychological prevention plan was designed to help solve the emotional needs present in this area.

Key words: migration, resilience, loss, adaptation.

3. Introducción

La movilidad humana, además de ser un fenómeno social que se remonta a los inicios de la humanidad, en la actualidad se ha convertido en un problema psicosocial que trae consigo una serie de causas y consecuencias, las cuales, afectan el bienestar psicológico del migrante.

El proceso migratorio implica experimentar la pérdida de aspectos significativos para el individuo que se moviliza, existiendo ciertos factores que pueden facilitar o por el contrario complicarlo, como la capacidad de adaptación, la tolerancia al estrés y la resiliencia.

Toda persona migrante se enfrenta al proceso de duelo migratorio, el cual, se puede definir como una:

Sintomatología depresiva unida al estrés crónico, prolongado e intenso. Puesto que es un proceso de reorganización y adaptación a los cambios, es un duelo con riesgos de convertirse en duelo patológico, puesto que existe la combinación de factores estresantes asociados a la soledad, sentimiento de fracaso, y estrés límite por la supervivencia e incluso, puede surgir la ideación suicida. (González, 2005, párr. 7)

El duelo migratorio puede desencadenar sintomatología de base psicológica y psicosocial, así como sentimientos de profunda soledad, fracaso en el logro de objetivos, carencias extremas y terror, el cual, se conoce como “Síndrome de Ulises”, este sucede, cuando las vivencias a las que se ven sometidas las personas superan sus propias capacidades de adaptación, haciendo imposible la elaboración del duelo (Reig Botella et al., 2018).

Por otro lado, la resiliencia se ha distinguido como un enfoque positivo en el ámbito social con quienes experimentan situaciones extremas de vulneración de derechos y exclusión social, al movilizar las fortalezas y oportunidades que facilitan el progreso hacia una vida más digna. La resiliencia adoptada por las personas en situación de movilidad humana, juega un rol importante en su desarrollo para el futuro, considerando que la resiliencia es parte del proceso evolutivo de un individuo. Todas las personas tienen cierto nivel de resiliencia y todas pueden potenciarla (Castagnola et al., 2021).

El porcentaje de personas que residen en un país diferente de su país nativo va en aumento. Esto se evidencia en las cifras publicadas por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), siendo así que, en el año 2021, el flujo migratorio global fue de 2.844.788 migraciones, de los cuales 1.376.221 corresponden a inmigrantes y 1.468.567 a emigrantes ecuatorianos y extranjeros (Instituto Nacional de Estadística y Censos [INEC], 2021).

A nivel nacional, Ecuador, en el año 2019 tenía 381.507 inmigrantes, lo que supone un 2,2% de la población general. Los inmigrantes en el Ecuador proceden principalmente de

Colombia, Estados Unidos, Perú, Chile y la República Bolivariana de Venezuela (Organización Internacional para las Migraciones [OIM], 2021, pp. 10-11). Además, Ecuador es considerado un país de tránsito y acogida de ciudadanos venezolanos, según cifras del Ministerio de Gobierno; desde el año 2016 hasta mediados del año 2020, se registra el ingreso de 1.863.812 venezolanos, de los que, 350.498 aún residen en el país. Este registro no considera a los que han ingresado por pasos irregulares, por lo que se estima que en Ecuador están radicados alrededor de 417 mil ciudadanos venezolanos (Ministerio de Gobierno, 2020).

Ante la actual crisis migratoria, el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), mantiene un convenio con el Gobierno Provincial de Loja desde el año 2019, para garantizar la atención integral de las personas en situación de movilidad humana. Este servicio brinda cobertura a 250 usuarios; en el transcurso del año 2022 hasta el mes de agosto, 72 familias se han beneficiado del proyecto de Movilidad Humana ejecutado conjuntamente por el MIES y el Gobierno Provincial de Loja (Ministerio de Inclusión Económica y Social [MIES], 2022).

A partir de los datos expuestos, es imperativo conocer de qué manera la persona migrante vive este proceso, es decir, las posibles implicaciones a nivel psicológico, en este caso, el duelo migratorio; considerando que la mayor parte de los desplazamientos conllevan el abandono de la familia, el cambio de cultura, los riesgos físicos (extorsión, trata de personas, la vulnerabilidad violencia física, psicológica y sexual), entre otros.

Ante esta problemática social, la presente investigación tiene por objetivo determinar el tipo de duelo migratorio prevaleciente y el nivel de resiliencia de las personas adultas en situación de movilidad humana que residen en la Ciudad de Loja; este estudio corresponde a la sublínea Salud Pública y Epidemiológica, dentro de la línea de investigación Salud Integral, de la Facultad de la Salud Humana.

La investigación pretende además, aportar información oportuna y veraz, considerando la escasez de investigaciones sobre el tema en nuestro contexto, así mismo, su desarrollo es accesible y viable al contar con la autorización para la ejecución y participación de la población involucrada.

La metodología empleada es de tipo cuantitativo, con alcance descriptivo, de diseño no experimental y de corte transversal. Los instrumentos empleados fueron el Test del Kayak para duelo migratorio, y la Escala de Resiliencia (ER-14); para la obtención y análisis de los resultados se emplearon los programas estadísticos Excel y SPSS versión 25, una vez obtenidos, se diseñó un plan de prevención en salud mental para el Proyecto de Movilidad Humana de la Ciudad de Loja.

Finalmente, esta investigación está estructurada por dos capítulos, el primero trata sobre el duelo migratorio, sus características, causas consecuencias, etapas y tipos de duelo; en el segundo, se describe la resiliencia, dimensiones, perfil de una persona resiliente, intervención psicológica; así mismo, se describe la metodología que contempla: el enfoque y diseño de investigación, la población y muestra, técnicas de recolección de datos y de análisis; finalmente, se muestran los resultados; discusión; conclusiones; recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

4. Marco teórico

Capítulo 1: Duelo migratorio

4.1. Definición

De acuerdo a un estudio realizado en la Universidad de Sevilla en España se menciona que “el proceso migratorio conlleva una serie de factores de riesgo que derivan en la reproducción de problemas de salud y que están en íntima relación con el duelo migratorio” (Fuentes, 2020, párr.1). Por lo cual, gran parte de las personas migrantes se encuentran en vulnerabilidad debido a los factores de riesgos que presentan por su desplazamiento a otra región o país.

Desde el punto de vista de Achotegui el duelo migratorio:

Con estrés crónico y múltiple, se caracteriza, por un lado, porque la persona padece unos determinados estresores o duelos y, por otro, porque aparecen un amplio conjunto de síntomas psíquicos y somáticos que se enmarcan en el área de la salud mental. Entendemos por estrés "un desequilibrio sustancial entre las demandas ambientales percibidas y las capacidades de respuesta del sujeto", y por duelo "el proceso de reorganización de la personalidad que tiene lugar cuando se pierde algo significativo para el sujeto". (Achotegui, 2008, párr. 2)

El duelo migratorio es definido por el Instituto Centta (2017) como:

Un tipo de elaboración de la pérdida que empieza cuando una persona emigra. Es un proceso que puede culminar en éxito o en patología, ya que cuestiona los recursos y estrategias de adaptación de cada uno y moviliza emociones ambiguas haciendo que el duelo también lo sea. Puede resultar el más simple de los duelos, pero conlleva una serie de circunstancias que pueden hacer que se complique y trastoque todas las áreas de la vida de una persona. (párr. 2)

De lo anteriormente citado se puede extraer que el duelo migratorio es un duelo con estrés prolongado e intenso; además que la combinación de factores de riesgo puede desencadenar un sin número de problemáticas tanto a nivel de la salud mental como salud en general.

4.2. Historia

A lo largo de la historia, el ser humano está destinado a enfrentar distintas pérdidas; tanto de personas cercanas y queridas, y así también de objetos y animales, de intereses e ilusiones, de aspectos personales, corporales y relacionales. Todas estas pérdidas involucran la elaboración de un duelo, ya que es necesario que el individuo asimile lo nuevo y reorganice lo que se ve obligado a dejar atrás, es decir, su pérdida. El duelo es considerado un proceso

normal, natural, dinámico y activo que implica tanto la dimensión individual, familiar y social. Este proceso no puede omitirse pues es necesaria su elaboración para lograr la estabilidad mental y emocional de una persona (Zapata, 2019).

La migración ha sido una manifestación de voluntad que ha estado presente desde siglos pasados; específicamente en el territorio ecuatoriano, sus registros inician en los años cincuenta y sesenta, en conjunto con el surgimiento de la migración se identifica el desarrollo en el contexto político, económico y social. Hasta 2010 ascendió a casi 5.000 personas, sin embargo, según cancillería en el 2015 habitaban solo en Cuenca cerca de 8.000 (Valle, 2017).

4.3. Características del duelo migratorio

El duelo migratorio posee algunas características que específicamente lo diferencian de otros duelos. En una revisión teórica sobre el proceso de duelo migratorio realizada por Maiquez en España en el 2019 cita algunas de estas características:

- **Duelo parcial:** se mantiene en contacto con el país de origen y regreso algún día, por lo tanto, el país de origen no desaparece.
- **Duelo recurrente:** cuando existe contacto con el país de origen aparecen emociones y sentimientos; mismo que están relacionados con vínculos cercanos de manera más o menos consciente, por lo que cualquier contacto con su país hace que reactiven el vínculo en un determinado momento.
- **Duelo vinculado a aspectos infantiles muy arraigados:** En la infancia se constituyen los vínculos más cercanos con la lengua, costumbres, con personas próximas o el paisaje. En la vida adulta, es más difícil modelar algo ya preestablecido.
- **Duelo múltiple:** Todo lo que rodea al ser humano cambia, entre ellos, lo más significativo es la familia y los amigos; la lengua; la cultura; la tierra; el status social; contacto con el grupo étnico, los riesgos para la integridad física entre otros.
- Así también otras características específicas son cambios en la identidad, se presenta una regresión psicológica, es decir tiene cabida sentimientos de inseguridad en el migrante optando por regresiones en actitudes más infantiles; así también tiene cabida las 4 etapas del duelo, Bowlby (1985) habla de la negación, resistencia, aceptación y restitución; se acompaña de sentimientos de ambivalencia hacia su país de acogida y su país de origen, otra característica es que el duelo lo viven también los autóctonos y los que se quedan en el país de origen puesto que es un hecho social y finalmente es transgeneracional (Maiquez, 2019).

4.4. Causas del duelo migratorio

La migración muchas veces se plantea como una solución a una problemática de vida, formando un acontecimiento importante que enfrenta una persona no sólo a una serie de beneficios, orientados en su mayoría a mejorar sus condiciones de vida, sino también a un conjunto de situaciones estresantes (Martínez Solís et al., 2019).

Al hablar de las causas se puede mencionar de aquellas razones por las cuales las personas abandonan su país de origen dentro de ellos están los sociopolíticos, demográficos, económicos y ambientales.

Cuando hablamos de los factores sociopolíticos abarcamos la persecución étnica, religiosa, racial, política y cultural que empuja a las personas a abandonar su país. Un factor importante es la guerra, o (la amenaza de) conflicto y la persecución del gobierno. Los que huyen de conflictos armados, violaciones de derechos humanos o persecución tienen más probabilidades de ser refugiados humanitarios.

La migración demográfica y económica está relacionada con las normas laborales, el desempleo y la salud general de la economía de un país. Incluyen salarios más altos, mejores oportunidades de empleo, un nivel de vida más alto y oportunidades educativas.

Según la Organización Internacional del Trabajo de la ONU, los trabajadores migrantes, representaron aproximadamente 164 millones en todo el mundo en el 2017, casi dos tercios de los migrantes internacionales. Casi el 70 % se encontraron en países de altos ingresos, el 18,6 % en países de ingresos medios altos, el 10,1 % en países de ingresos medios bajos y el 3,4 % en países de bajos ingresos. Y finalmente, el medio ambiente siempre ha sido un motor de migración, ya que, las personas huyen de desastres naturales, como inundaciones, huracanes y terremotos. Según la OIM, “los migrantes ambientales son aquellos que, debido a cambios repentinos o progresivos en el medio ambiente que afectan negativamente sus vidas o condiciones de vida”, las estimaciones apuntan a que habrá de 25 millones a 1.000 millones para el 2050 (Parlamento Europeo, 2020).

4.5. Consecuencias del duelo migratorio

Los efectos de las migraciones son colectivos y afectan directa o indirectamente todos los componentes sociales, sin embargo, las consecuencias más drásticas son las percibidas por el inmigrante, pues si bien la decisión de emigrar está considerada más como una solución que como un problema debido a que se la relaciona con la búsqueda de progreso y bienestar, la persona también tendrá que enfrentar una serie de pérdidas relacionadas a aspectos importantes de su vida. Por consiguiente, será indispensable que se lleve a cabo el proceso de ajuste psicológico e integración sociocultural denominado como duelo migratorio, mismo que

dependiendo de las condiciones en las que se haya efectuado el desplazamiento, puede resultar simple, complicado o imposible de elaborar. Joseba Achotegui, especialista en el campo de la salud mental y las migraciones, ha denominado a este último tipo de duelo como Síndrome de Ulises, caracterizándose precisamente por suponer niveles tan altos de estrés que superan la capacidad de adaptación de los seres humanos (Zapata, 2019).

Así mismo, otras de las graves consecuencias que sobrellevan los migrantes son las vulnerabilidades sanitarias con las que se encuentran en situaciones que reducen su capacidad de prever los cambios y retos relacionados con las fases del proceso migratorio, hacerles frente, resistir a ellos y recuperarse de sus efectos. Algunos migrantes sufren traumas, explotación y abusos en sus peligrosos viajes. Pueden experimentar factores de estrés psicosocial, carencias nutricionales, deshidratación, exposición a enfermedades infecciosas, falta de servicios de atención de salud o de posibilidades de prolongar sus tratamientos, y las consecuencias insalubres de ciertos entornos, como los centros de detención de inmigrantes o los lugares de trabajo informal e ilegal (OIM, 2020, p. 233).

4.6. Origen del síndrome de Ulises

El origen del concepto del síndrome de Ulises fue un héroe de la mitología griega. La historia narra la travesía de este personaje, rey de Ítaca, isla en donde vivía junto a su mujer e hijo, y la cual tuvo que abandonar para participar en la guerra de Troya. Durante su camino, Ulises tuvo que experimentar varias adversidades y peligros similares a los que hoy en día atraviesan los inmigrantes; relacionados a necesidades básicas, condiciones climáticas, medios de transporte y a la receptividad, este rey, además del sufrimiento de pensar en la idea de no volver a reencontrarse con su familia, se sintió confundido y su fatiga llegó a ser extrema (Zapata, 2019).

Por otro lado, el migrante, a raíz de sus circunstancias en el extranjero desarrolla la facilidad para el trabajo manual, la capacidad de adaptación y la habilidad para las relaciones humanas (Zapata, 2019). El síndrome de Ulises como concepto fue introducido en el campo de la asistencia en la salud mental en el año 2002, por el psiquiatra y profesor español Joseba Achotegui, ya que, él trabajó en el campo de la salud mental y la migración por alrededor de 40 años, describe al Síndrome del Inmigrante con estrés crónico y múltiple, caracterizado por un conjunto de síntomas que se experimenta en las situaciones que no pueden ser elaboradas en el duelo migratorio.

El Síndrome de Ulises es considerado como una variable extrema del duelo migratorio, que por su gran dificultad hace imposible la elaboración del duelo. Dicho

síndrome produce vulnerabilidades y estresores que ponen en peligro la salud mental de las personas migrantes.

4.7. Etapas del duelo migratorio

Kubler-Ross y Kessler (como se citó en Veintimilla y Morales, 2019), determinó en sus investigaciones que el ser humano, ante una pérdida, experimenta distintas etapas, estas son:

4.7.1. Negación

Esta primera etapa:

Consiste en el rechazo consciente o inconsciente de los hechos o la realidad de la situación. Este es un mecanismo de defensa que busca amortiguar el shock que causa el nuevo acontecimiento en realidad para sólo dejar entrar en la persona el dolor que está preparado para soportar. Se trata en sí de una respuesta temporal que paraliza y hace esconderse de los hechos. En este primer momento, se hace un cuestionamiento de cómo seguir adelante. (p. 35)

4.7.2. Ira

La segunda etapa:

Es necesario vivirla y se evidencia de distintas maneras. Esta manifestación surge cuando va invadiendo la tristeza, el miedo, el dolor y la soledad. Se apela a ella cuando se quiere evitar sentimientos comprometidos y desorganizadores, posponiéndolo hasta que se pueda enfrentar. El recurso de la ira hace invertir energía en el otro como un intento de ocupar el vacío que queda después de la pérdida. Cumple la función de mediador entre la pérdida y el sinsentido que la persona experimenta. (p. 36)

4.7.3. Negociación

En la tercera etapa, la negociación es una “transacción que generalmente es precedida de culpa porque la persona se planteó todo aquello que podría haber hecho de otra manera antes de la pérdida y le llevó a cuestionarse y criticarse” (p.36).

4.7.4. Depresión

En esta la cuarta etapa:

La atención de la persona se concentra en el presente, siente sensación de vacío, suele caer en un sinsentido, le invade una intensa tristeza. Es una fase que se vive desde un nivel más profundo. Por eso, la depresión es la respuesta lógica ante una gran pérdida. Y da la posibilidad de recomenzar como modo de superarla. (p. 36)

4.7.5. Aceptación

La quinta etapa:

Es un momento donde la persona acepta que la pérdida es una realidad y la reconoce como realidad permanente. En esta etapa el afectado aprende a vivir sin lo que perdió y su posicionamiento adquiere otra dimensión y mecanismos que le permiten funcionar sin lo perdido. Readapta y reorganiza su vida superando así el pasado. (Veintimilla y Morales, 2019, p.36)

4.8. Los siete duelos de la migración

Atxotegui (2000), considera que dentro de la migración hay pérdidas que van desde la temática familiar hasta la temática cultural y social. A continuación, se describe los siete duelos o pérdidas más comunes:

4.8.1. Duelo por la familia y seres queridos

En este duelo la separación de la familia es inevitable, el migrante tiene que separarse de hijos pequeños, padres, hermanos, de amigos y/o de relaciones íntimas, es decir, que vivencia una pérdida de la red familiar pero esta pérdida no es total dado que existe la posibilidad de reagrupamiento (González, 2005). Por otra parte, lo que se considera como mundo afectivo de la persona (familia y amigos) puede ser que no siempre haya habido una buena relación o ambiente familiar, pero con la separación, los sentimientos de añoranza que implica la migración, pudiendo surgir la oportunidad para reestructurar algunas relaciones conflictivas con las personas significativas que quedaron en el país de origen.

Algunas de las repercusiones psicológicas para el migrante es que al estar en otro lugar y pasar por necesidades o enfermarse, no podrá contar con su familia o amigos, lo que conlleva a sentimientos de soledad, ansiedad y miedo al futuro. Así también, cuando dejan hijos pequeños o a padres ancianos, estos reclaman su presencia, el sentimiento de culpa puede afectar en gran medida al migrante. Otra situación, se da cuando los hijos migrantes no tienen contacto directo o frecuente con la familia extensa, esto disminuye la calidad de las relaciones familiares y la posibilidad del crecimiento personal.

4.8.2. Duelo por la lengua

Al migrar a lugares donde la lengua es diferente y tener que cumplir con ciertos requisitos hacen más difícil el proceso migratorio y la adaptación. Además, hay que considerar que no todas las personas tienen grandes habilidades lingüísticas. Por ello, aprender una nueva lengua o inclusive un nuevo léxico, implica un arduo trabajo para poder adaptarse al nuevo lugar de residencia. El duelo que debe pasar el migrante al perder su lengua materna incluye dificultad para comunicarse, expresar sus pensamientos, necesidades

y sentimientos. Por lo que, un número considerado de migrantes han sido rechazados o les hacen bullying por no dominar la nueva lengua, sin embargo, dicho rechazo se debe a cuestiones sociales, económicas, políticas, entre otros.

4.8.3. Duelo por la cultura

El migrante para ser aceptado en el nuevo lugar, tiene que cambiar en gran medida sus costumbres, concepciones y actitudes acerca del mundo, ya que, la cultura en cada lugar es diferente, hay variaciones y cambios. Entre los aspectos culturales que se ven más afectados, son la alimentación, el vestir, la religión, el sentido del tiempo, los pasatiempos, etc. Así también, muchas personas, por su personalidad, no se acoplan al modelo estándar de cultura, por lo que se suscitan problemas de aculturación. Cuando el migrante está recién en otro país, trata de mantener sus hábitos, costumbres, pero cuando pasa varios años lejos de su lugar de origen, es evidente que pierde parte de su cultura.

4.8.4. Duelo por la tierra

En este duelo, se entiende que pierde su “tierra” refiriéndose a los paisajes, colores, olores, luminosidad; por ello, los migrantes suelen observar o comparar el nuevo lugar con su tierra, y por lo general encuentran aspectos negativos de este lugar, pudiendo volverse asfixiante y agobiante (González, 2005). Por ello, los migrantes que tienen bastante afecto a su tierra, experimentan cambios significativos del nuevo panorama, dicha carga emotiva puede conllevar a sobrevaloraciones e idealizaciones de su tierra. Un cambio significativo, se da cuando el migrante va de un medio rural a un urbano, esta transición puede ser problemática al tener que adaptarse a otro tipo de paisajes, movilidad, transporte.

4.8.5. Duelo por el estatus social

En cuanto al estatus, el psiquiatra Atxotegui (2000) señala que la mayoría de migrantes retroceden a un nivel social con respecto a su sociedad de origen, ya que, gran parte de los migrantes proceden del tercer mundo. Desde la perspectiva psicológica, las expectativas económicas, profesionales dificultan la integración y superación de las dificultades de la migración. Otro aspecto limitante, son las condiciones sociales de los migrantes, muchos de ellos tienen trabas legales, penurias económicas y sociales, discriminaciones, por lo que no pueden acceder a un trabajo bien remunerado, lo que conlleva a que sus ilusiones y proyectos se estanquen.

Considerando estos aspectos, el duelo por el estatus social del migrante se verá afectado ya que al estar en un nuevo lugar se encuentra en el último escalafón social independientemente de su estatus en su país de origen, y cuando se mantiene por mucho

tiempo sin subir de estatus social y no cumplir con sus expectativas, el migrante tiende a despolarizarse, se desmotiva y minimiza su esfuerzo de progreso (González, 2005).

4.8.6. Duelo por el grupo de pertenencia

El grupo de pertenencia o etnia con la cual el migrante se identifica constituye su identidad humana, esto incluye identidad de género, identidad generacional, identidad religiosa, identidad familiar, identidad profesional, identidad de clase social, etc. Es decir, que un individuo tiene su grupo de pertenencia, ya que comparte aspectos en común, como cultura, lengua o inclusive proyectos, por lo tanto, la persona siente que pertenece a un conjunto de personas por compartir ciertas características comunes.

Al migrar, el contacto con el grupo de pertenencia se pierde, pero cuando el nuevo lugar se encuentra con otros migrantes que comparten algo en común, se reencuentra con la sensación de seguridad, pertenencia e identificación. El efecto contrario, se da cuando, el migrante debido a la distancia, no tiene contacto con su grupo de pertenencia, dándose situaciones de rechazo y aislamiento, lo que incrementa la sensación de pérdida (González, 2005).

4.8.7. Duelo por los riesgos físicos

El proceso migratorio implica muchos riesgos físicos, entre ellos, los riesgos del viaje, amenaza para la salud e integridad física. Según González (2005) algunos casos, los riesgos presentes no son tan elevados como los dejados atrás, especialmente para los migrantes refugiados. Los riesgos para la salud o integridad física empiezan desde el trayecto migratorio, para muchos migrantes los coyotes, los viajes escondidos debajo de camiones, en bodegas de barcos significan hasta perder su vida, pero, aparte de las enfermedades o lesiones, también están los procesos de duelo por todo lo que ha perdido. Algunos riesgos que pueden repercutir en enfermedades de tipo respiratorio, digestivo y dermatológico están no disponer de una vivienda adecuada, pasar hambre, frío. Por otra parte, están los accidentes laborales y enfermedades ligadas a las irregularidades de los trabajos, sobreexplotación, violencia sexual en los países de acogida, hacinamiento, racismo.

Capítulo 2: Resiliencia

4.9. Definición

Wagnild y Young (1993) definen a la resiliencia como “una peculiaridad de la personalidad que consiente al sujeto anteponerse a un evento hostil, obteniendo la adaptación a factores estresantes que implica dicha situación” (Rebaza, 2021, parr.1).

Para Osborn (1993) define a la Resiliencia como:

Un concepto genérico que se refiere a una amplia gama de factores de riesgo y a los resultados de competencia. Puede ser producto de una conjunción entre los factores ambientales, el temperamento y un tipo de habilidad cognitiva que tienen los niños y niñas a temprana edad. (García-Vesga y Domínguez-de la Ossa, 2013, párr.6)

4.10. Dimensiones de la resiliencia

Así mismo, diversos autores consideran que la resiliencia es un rasgo de personalidad perdurable que está formada por cinco elementos interrelacionados. Estos incluyen la autoconfianza, ecuanimidad, satisfacción personal, perseverancia y soledad existencial; acompañado de dos principios: competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida.

Ante ello, los autores Wagnild y Young (1993) plantearon la teoría del rasgo de personalidad, considerando cinco dimensiones dentro de su teoría las cuales se evidencian en el instrumento de escala de resiliencia (ER):

- **Confianza en sí mismo:** el cual se considera como la aptitud para confiar y creer en las capacidades propias; reconociendo sus fuerzas y limitaciones; lo que acontece según la manera de cómo sus progenitores han cultivado el compromiso de transferir respeto y aceptación, como también instruirlos a pensar y resolver sus propios conflictos; lo que ocasiona satisfacción caracterizándose por la autoconfianza y adecuada autoestima. Esto se da cuando el sujeto siente tranquilidad consigo mismo ya que acepta y conoce sus limitaciones enfocándose mayormente en las aptitudes positivas. Es confiar en las habilidades y capacidades que posee cada sujeto.
- **Ecuanimidad:** Es la competencia de conservar un equilibrio entre la vida propia y experiencias, evocando la capacidad de visualizar un campo extenso de experiencias, enfrentando las situaciones adversas; por ende, generará respuestas extremas ante la adversidad. Enfrentar situaciones problemáticas con firmeza de tal modo que se serenar las emociones fuertes, hallando un equilibrio entre la razón y la emoción, aprobando la objetividad en los sujetos y decisiones; y entablando relaciones interpersonales estables.
- **Perseverancia:** Definida como la constancia de los infortunios pese al desaliento y adversidades. Es tener ansias de logros y autodisciplina sugiriendo el anhelo de seguir confrontando para reformar la vida de sí mismo, practicando la autodisciplina y permanencia. La perseverancia se caracteriza también por realizar acciones cruciales para efectuar los objetivos planeados; aún si ocurren problemas o presentan desmotivación. Se concluye como la persistencia y firmeza en eventos adversos o estímulos negativos por anhelar el logro y autodisciplina.

- Satisfacción personal: Consiste en comprender el significado de la vida analizando el yo personificado saber por qué vivir y el observar que existe armonía entre la importancia de la vida y el rol que se cumple en ella. Asimismo, sentirse satisfecho personalmente, representa felicidad en su vida, sentirse en paz y complacido por actos y resultados obtenidos. En términos generales, reside en entender y reconocer el valor de la vida y cómo cada persona favorece a esta.
- El sentirse bien solo: Es comprender que los caminos de cada persona en su vida son únicos y las experiencias vividas son compartidas. Para sentir la libertad y sentirse únicos es necesario estar en soledad. Para el autor, es el sentirse únicos, importantes y libres, además de ostentar una valoración positiva de la soledad siendo esta necesaria para la satisfacción personal y el refuerzo de la identidad; es decir, aquella persona que se sienta satisfecha en su soledad, encontrará en su entorno una automotivación para la vida y espacio permitiéndole reflexionar (Segura, 2016).

4.11. Perfil de una persona resiliente

Tomando como referencia a los autores Rirkin y Hoopman, una persona resiliente desarrolla competencias sociales, académicas y vocacionales por ello, se presenta las principales características de una persona resiliente son:

- La presencia de la idea de un futuro.
- Pensar qué va a hacer cuando salga del conflicto.
- Capacidad para relatar lo que le sucede o le sucedió.
- Autoestima y confianza para superar las situaciones.
- Proyecto de vida en base a las habilidades fortalezas, pero también tomando en consideración sus habilidades.
- Priorizar la comunicación (Henderson y Milstein, 2003).

4.12. Desarrollo del comportamiento resiliente

Para el desarrollo de un comportamiento resiliente existe a combinación de varias variables asociadas entre ellas las más fundamentales son:

Familia: contar con el apoyo de la familia, debilita los efectos negativos y el estrés, promoviendo las habilidades necesarias para sobreponerse a la adversidad, desarrollando la fuerza colectiva para responder a los retos posteriores, pero sobre todo fortaleciendo el lazo familiar.

Educación: es un elemento fundamental para la resiliencia, ya que éste es el medio que permite desarrollarse en la esfera laboral económica, y no caer en las dificultades de la

sociedad y, por consiguiente, en la ignorancia de diversas temáticas de vital importancia del diario vivir.

Redes sociales: se identifican entre los grupos de personas, miembros de la familia, los amigos, vecinos y cualquier otra persona capaz de aportar apoyo duradero, facilitando el desarrollo de solución a los problemas, refiriéndose especialmente al soporte emocional (Carretero Bermejo, 2010).

4.13. Intervención psicológica en resiliencia

Según la Guía para la Intervención Psicológica con Inmigrantes y Refugiados desarrollado por el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid (2016), antes de poder intervenir psicológicamente a personas migrantes es importante hacer una valoración integral según lo sugiere, donde se consideren aspectos psicológicos y sociales, para ello, se deben valorar las siguientes áreas: exploración inicial, cuestiones previas a la migración, apoyo social, psicopatología/funcionamiento previo, recursos de afrontamiento personales, funcionamiento diario, reacciones adversas o limitantes.

4.13.1. Estrategias psicológicas de intervención

Para intervenir en los primeros momentos, algunas de las estrategias psicológicas recomendadas serían:

- Activación conductual y organización del tiempo: estas técnicas pueden ser de utilidad para personas atrapadas en un círculo vicioso de pensamientos negativos, estados de ánimo bajo, que los lleva a un estado de ineffectividad y discapacidad general. Para favorecer un cambio de afecto nos será de ayuda, por ejemplo, explicar las relaciones conducta-depresión-ambiente, hacer énfasis en la relación entre reforzadores y el estado de ánimo, insistir en que el cambio anímico no tiene que ser previo al cambio de conducta, diseñar tareas graduadas y dirigidas, y planificar actividades agradables. Paralelamente, se trabaja las cogniciones negativas desde una perspectiva operante.
- Técnicas de relajación: con el objetivo de reducir algunos estados indeseables de activación, en especial los producidos por activación emocional, existen numerosos procedimientos de relajación muy dispares según el objetivo principal a lograr, ya que, no todas las técnicas consiguen los mismos efectos. Los más utilizados en la actualidad son: relajación diferencial; entrenamiento autógeno; control de la respiración; técnicas de Biofeedback; yoga; meditación trascendental; visualización o relajación en imaginación; relajación inducida e hipnosis.

Al existir diferentes aspectos a intervenir en un inmigrante, algunos procedimientos se han centrado más en modificar directamente los aspectos fisiológicos, otros los factores que

provocan la aparición de esta activación, como demandas de la situación, actuaciones para controlarlas y, en especial, los aspectos cognitivos. Por ello, es importante abarcar todas las necesidades del migrante.

- Fomentar los recursos personales que facilitan la adaptación: Ayudar a crear, mantener y fomentar vínculos con otras personas, impulsar la aceptación del cambio como parte de la vida, determinar metas y trazar un plan para conseguirlas, fomentar un afrontamiento activo centrado en la solución de problemas, subrayar la importancia de dedicar tiempo a uno mismo para cuidarse y escuchar las propias necesidades, poner las cosas en perspectiva para disminuir la implicación emocional, cuando esta es excesiva, etc.
- Fomento de la expresión emocional a través de técnicas narrativas: Utilizar cartas, diarios, fotos, visualización y poesía para facilitar la expresión emocional, de pensamientos, recuerdos, etc.
- Facilitar recursos de ayuda a distintos niveles: Poner en contacto a la persona con las instituciones y recursos que puedan ayudarle a satisfacer sus necesidades en los diferentes ámbitos de su vida: laboral, social, familiar, personal, etc., (Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, 2016, pp. 11-12).

5. Metodología

5.1. Enfoque y diseño de la investigación

El enfoque del presente trabajo investigativo es de tipo cuantitativo, tiene un alcance descriptivo, permitiendo especificar el nivel de resiliencia (muy baja, baja, normal, alta resiliencia, muy alta resiliencia) y los tipos de duelo migratorio (duelo adaptativo, desadaptativo/patológico) de personas adultas en situación de movilidad humana.

El diseño de la investigación fue no experimental y de corte transversal, es decir, se describieron y analizaron las variables en un solo momento determinado sin manipularlas. La investigación es de campo, puesto que se realizó la recolección de información y datos directamente de la realidad de la muestra de estudio.

5.2. Área de estudio

El lugar donde se ejecutó el estudio fue el Proyecto de Movilidad Humana del Gobierno Provincial del Cantón Loja (Prefectura) en convenio con el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), siendo la Prefectura de Loja el ente ejecutor y el MIES el ente regulador.

La Prefectura, a través de este proyecto, brinda un aporte legal, social, emocional y de salud a través de talleres, acciones sociales, atención individualizada y derivaciones a un total de 250 usuarios, conformados en 72 grupos familiares directos e indirectos, de diferentes nacionalidades, entre ellas, colombiana, venezolana, peruana y estadounidense; en edades comprendidas de entre 19 a 82 años. Este proyecto se ejecuta en jornadas matutinas y vespertinas, de forma extra o intramural. La institución cuenta con un equipo multidisciplinario conformado por coordinador, promotor o facilitador comunitario, trabajadora social, psicólogo clínico y abogado, quienes vienen trabajando en forma mancomunada y altruista con el fin de brindar un servicio de calidad y calidez, teniendo como objetivo el goce de los derechos humanos y por consiguiente contribuir a un bienestar integral.

5.3. Población y muestra

La población total es de 250 personas adultas en situación de movilidad humana que integran el proyecto. La selección de la muestra se la llevó a cabo a través del muestreo no probabilístico incidental por conveniencia, para lo cual, se consideró algunos criterios de inclusión y exclusión, quedando la muestra final conformada por 60 participantes, en edades comprendidas entre 19 a 82 años, 46 son mujeres y 14 son hombres; de acuerdo a la nacionalidad: 48 son ciudadanos venezolanos, 8 colombianos, 3 peruanos y 1 estadounidense (véase Tabla 1).

5.3.1. Criterios de inclusión

- Personas adultas a partir de los 18 años de edad que forman parte del proyecto y que acuden regularmente a los talleres impartidos por la institución responsable.
- Personas adultas en situación de movilidad humana que a través del consentimiento informado autoricen formar parte de este estudio.

5.3.2. Criterios de exclusión

- Personas adultas en situación de movilidad humana que no deseen formar parte de este estudio.
- Personas afectadas por algún tipo de discapacidad que les impida dar respuesta a la evaluación.

Tabla 1

Datos sociodemográficos de la población de estudio

Variable	Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Edad			
	Juventud	10	16,7
	Adulthood temprana	7	11,7
	Adulthood media	35	58,3
	Adulthood tardía	5	8,3
	Senectud	2	3,3
	Dato omitido	1	1,7
	Total	60	100
Sexo		Frecuencia	Porcentaje
	Hombre	14	23,3
	Mujer	46	76,7
	Total	60	100
Nacionalidad		Frecuencia	Porcentaje
	Colombiana	8	13,3
	Peruana	3	5,0
	Venezolana	48	80,0
	Estadounidense	1	1,7
	Total	60	100
Estado civil		Frecuencia	Porcentaje
	Soltero/a	33	55,0
	Casado/a	15	25,0

Unión libre	8	13,3
Divorciado/a	3	5,0
Separado/a	1	1,7
Total	60	100
Nivel de educación	Frecuencia	Porcentaje
Primaria	5	8,3
Bachillerato incompleto	13	21,7
Bachiller	24	40,0
Universitario/tecnólogo	15	25,0
Dato omitido	3	5,0
Total	60	100
Tiempo de residencia	Frecuencia	Porcentaje
Menos de un año	16	26,7
1-2 años	13	21,7
2-4 años	17	28,3
4-6 años	8	13,3
Más de 6 años	3	5,0
Dato omitido	3	5,0
Total	60	100
Vive solo/a o acompañado/a	Frecuencia	Porcentaje
Acompañado/a	55	91,7
Solo/a	5	8,3
Total	60	100

Nota: Datos obtenidos a través de la entrevista sociodemográfica.

5.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

- Método de observación directa
- Entrevista de datos sociodemográficos (Anexo 8)
- Test o reactivos psicológicos:

5.4.1. Test del Kayak (Test de evaluación del estrés y el duelo migratorio)

Este reactivo fue desarrollado en el 2018 por el psiquiatra Joseba Achotegui Loizate, secretario de la Sección de Psiquiatría Transcultural de la Asociación Mundial de Psiquiatría, quien ha venido estudiando el fenómeno migratorio desde 1987 en España y en países latinos. Basándose en la teoría evolucionista y a razón de poder indagar sobre cómo la mente afronta y elabora el estrés y el duelo, y comprender los funcionamientos sanos y patológicos del duelo

migratorio y de la personalidad, desarrolla el test del Kayak, el cual, evalúa específicamente las estrategias de afrontamiento del estrés y de la elaboración del duelo (Anexo 6), los duelos de la migración son: familia, lengua, cultura, tierra, estatus social, grupo de pertenencia y riesgos físicos. Resulta fácil de administrar, su aplicación puede ser tanto individual como colectiva; se trata de un libro de 120 de páginas, estructurado en 24 formas de evaluación (ocho para la categoría de A=Adaptativo, y 16 para B y C=Estrés o duelo/Desadaptado), con opción de respuesta de escala del 0 a 9 en cada una de las ocho áreas por cada uno de los siete duelos. Las áreas evaluadas en cada duelo son: 1. Control adaptativo, control desadaptativo, funcionamiento obsesivo; 2. Asertividad adaptativa, asertividad desadaptativa, paranoia; 3. Replegamiento adaptativo, replegamiento desadaptativo, aislamiento; 4. Autocrítica adaptativa, autocrítica desadaptativa, culpabilidad; 5. Repensar adaptativa, repensar desadaptativo, vacío; 6. Reposo adaptativo, reposo desadaptativo, pasividad; 7. Exploración adaptativa, exploración desadaptativa, desorganización; 8. Acción adaptativa, acción desadaptativa, manía.

Los elementos del test combinan dos ejes del funcionamiento mental, el eje uno mide el grado de actividad (grado de energía y motivación) y el eje dos, mide la orientación y tipo de actividad relacionados a la supervivencia (búsqueda de recursos para sobrevivir/exploración y tener seguridad). La interacción de estos dos ejes da 4 modalidades de funcionamiento de la personalidad: acción-seguridad (áreas 1 y 2), pasividad-seguridad (áreas 3 y 4), pasividad exploración (áreas 5 y 6), acción-exploración (áreas 7 y 8). Para la calificación en interpretación de los datos se toma en cuenta las respuestas en cada una de las áreas de cada duelo, donde si responde cierto puntaje en la categoría A, en la B y C debería señalar un puntaje diferente (ya sea mayor o menor al de A), luego dependiendo del puntaje más alto se interpreta si es más adaptativo o desadaptativo en las diferentes áreas del duelo (Achotegui, 2018).

El empleo del Test del Kayak está considerado en investigaciones, tal es el caso de un estudio sobre los efectos psicopatológicos que las demoras en las homologaciones de titulaciones extranjeras tienen sobre el colectivo de psicólogas y psicólogos migrantes (Achotegui y Casas, 2022), ya que, el test permite evaluar de manera amplia el funcionamiento sano y patológico, así como la personalidad.

5.4.2. Escala de Resiliencia de 14-Item (ER-14)

La Escala de Resiliencia de 14-Item (ER-14) versión en español, fue validada por los psicólogos españoles David Sánchez-Teruel y María Auxiliadora Robles-Bello en el año 2015, de la versión corta Resilience Scale (RS-14) de Wagnild publicada el 2009, la misma

que está basada en la Resilience Scale (RS-25) siendo esta la versión original creada por Wagnild y Young en el año 1993; mide el grado de resiliencia individual, considerado como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo a situaciones adversas (Anexo 7). Esta escala mide dos factores: Factor I: Competencia Personal (11 ítems, autoconfianza, independencia, decisión, ingenio y perseverancia) y Factor II: Aceptación de uno mismo y de la vida (3 ítems, adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable). Además, se puede administrar de manera individual y colectiva, tanto en adolescentes como en adultos.

Para la puntuación e interpretación, el autor de la escala original corta, plantea los siguientes niveles de resiliencia, entre 98- 82=Muy alta resiliencia; 81-64=Alta resiliencia; 63-49=Normal; 48-31=Baja; y 30-14=Muy baja. La puntuación mínima es de 14 puntos, y la máxima de 98. En cuanto a su consistencia interna o alfa de Cronbach es de 0.79, lo que se considera alta (Sánchez-Teruel y Robles-Bello, 2015).

5.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el análisis de datos se utilizó el programa de Excel y SPSS Statistics versión 25.

De acuerdo al nivel de profundidad de la investigación, la información se la obtuvo de fuentes de información primarias y secundarias, puesto que, además de la información nueva y original de libros, artículos, páginas web, trabajos de investigación y revistas científicas, también se utilizó dichas fuentes que contienen información producto de un análisis o reorganización de fuentes primarias; las fuentes secundarias utilizadas fueron: Redalyc, Google académico, repositorios universitarios y libros.

5.7. Consideraciones éticas

Como autora de la presente investigación, hago público mi compromiso de garantizar la beneficencia y no maleficencia de la institución y los participantes, es decir, evité perjudicar, discriminar, dañar, o hacer uso incorrecto de la información, por ello, se mantendrán en anonimato los participantes de la investigación. Así mismo, el respeto a los derechos y dignidad de los participantes, de manera que trabajé y manejé la información con responsabilidad, respetando las diferencias culturales e individuales, identidad, género, raza, nacionalidad, religión, idioma, orientación sexual y estatus social y económico.

Además, la presente investigación al ser de carácter académico formativo se realizó bajo los lineamientos de la investigación científica, por lo cual, se evitó el plagio o la manipulación a interés de los resultados.

5.7.1. Consentimiento informado

El consentimiento informado para dicho proceso de investigación estuvo dirigido para las personas adultas en situación de movilidad humana; además este documento está basado en los principios éticos de confidencialidad, beneficencia y principio de autonomía (Anexo 5).

5.8. Procedimiento por etapas

Etapa I: al contar con la aprobación del proyecto del Trabajo de Integración Curricular (Anexos 1 y 2), se solicitó la autorización respectiva a los responsables del Proyecto de Movilidad Humana, en este caso, al Ing. Rafael Dávila, Prefecto de la Provincia de Loja (Anexo 3), y a las personas encargadas del mismo, socializando a su vez los objetivos del estudio. Una vez obtenida la autorización (Anexo 4), se socializó el proyecto y solicitó el consentimiento informado a los usuarios del mismo.

Etapa II: se realizó la recogida de información a través de un primer encuentro con los usuarios del Proyecto de Movilidad Humana, se aplicó una entrevista para obtener los datos sociodemográficos, posteriormente, se procedió a aplicar los test del Kayak y la Escala de Resiliencia. Las evaluaciones se realizaron de manera presencial, en coordinación institucional con el Gobierno Provincial del cantón Loja. En esta etapa fue necesario emplear el muestreo incidental y realizar un cronograma detallado de las vistas a los participantes para obtener la información esencial para este estudio.

Etapa III: después de recabar los datos, se analizó la información obtenida utilizando herramientas estadísticas como EXCEL y SPSS. Se realizó un análisis estadístico descriptivo, en el cual, mediante la tabulación se presentaron los conjuntos de datos distribuidos en frecuencias y porcentajes. Estos resultados permitieron identificar asertivamente el duelo migratorio y los niveles de resiliencia en dicha población. Una vez obtenidos los datos, se diseñó un plan de prevención psicológica en beneficio de las personas adultas en situación de movilidad humana para mejorar/fomentar sus niveles de resiliencia.

Etapa IV: en esta última etapa se procede a la socialización y entrega de resultados, conjuntamente con el plan de prevención psicológica al personal encargado del Proyecto de Movilidad Humana del Gobierno Provincial de Loja con el fin de que analicen los mismos y la propuesta psicológica para que de ser aprobado, se lo ejecute.

6. Resultados

6.1. Tipos y dimensiones del duelo migratorio

Tabla 2

Dimensiones y tipos del duelo migratorio

Duelos de la migración (dimensiones)	Tipos de duelos (elaboración)					
	Patológico		Desadaptativo		Adaptativo	
	f	%	f	%	f	%
Familia	3	5,0	15	25,0	42	70,0
Lengua	3	5,0	21	35,0	36	60,0
Cultura	2	3,3	27	45,0	31	51,7
Tierra	1	1,7	24	40,0	35	58,3
Estatus social	1	1,7	24	40,0	35	58,3
Grupo de pertenencia	2	3,3	17	28,3	41	68,3
Riesgos físicos	2	3,3	28	46,7	30	50,0

Número de casos = 60

Nota: Datos obtenidos del Test del Kayak.

En la Tabla 2, del total de participantes de la muestra de estudio, el 70% presenta un duelo por la familia “adaptativo”, el 25% un duelo “desadaptativo” y el 5% restante, indica duelo “patológico”. Respecto al duelo por la lengua, se evidencia mayoritariamente que el 60% indica un duelo “adaptativo”, seguido por el duelo “desadaptativo” equivalente al 35%, y con el duelo “patológico” el 5% de los participantes. Del total de participantes, el 51,7% indica tener duelo “adaptativo” por la cultura, el 45% manifiesta duelo “desadaptativo” y el 3,3% equivale al duelo “patológico”. Referente al duelo por la tierra, el 58,3% de los participantes indica un duelo “adaptativo”, el 40% un duelo desadaptativo, y el 1,7% restante, manifiesta un duelo “patológico”. Así también, se evidencia que mayoritariamente los participantes se identifican con el duelo “adaptativo” por el estatus social, con un 58,3%, mientras que el 40% equivale al duelo “desadaptativo”, y el 1,7% representa a los participantes con duelo “patológico”. Con respecto al duelo por el grupo de pertenencia, el 68,3% indicaron duelo “adaptativo”, el 28,3% manifiestan un duelo “desadaptativo” y el 3,3% restante, mencionan poseer un duelo “patológico”. Finalmente, el 50% de participantes se identifica con el duelo “adaptativo” por los riesgos físicos, seguido del 46,7% que indican duelo “desadaptativo”, y el 3,3% duelo “patológico”.

6.2. Resiliencia en personas en movilidad humana

Tabla 3

Niveles de resiliencia de los participantes

		Niveles de resiliencia			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	0	0,0	0,0	0,0
	Baja	4	6,7	6,7	6,7
	Normal	7	11,7	11,7	18,3
	Alta resiliencia	20	33,3	33,3	51,7
	Muy alta resiliencia	29	48,3	48,3	100
	Total	60	100	100	

Nota: Datos obtenidos de la Escala de Resiliencia (ER-14).

En la Tabla 3, se puede visualizar los niveles de resiliencia de los participantes del estudio, el que predomina es “Muy alta resiliencia” con un porcentaje equivalente al 48,3%, seguido de una “Alta resiliencia” equivalente al 33,3%, la resiliencia “Normal” representa el 11,7% y el nivel de resiliencia “Bajo” es del 6,7%; cabe mencionar que para el nivel “Muy baja” resiliencia la puntuación fue cero.

6.3. Propuesta de un plan de prevención psicológica

6.3.1. Presentación

La presente propuesta está diseñada en torno a los resultados obtenidos del presente estudio, mismo que intenta generar una herramienta para contribuir al afrontamiento adecuado del proceso de duelo migratorio y a potenciar y/o mejorar los niveles de resiliencia en la población de estudio.

Por ello, el plan está diseñado en seis sesiones de alcance preventivo, donde se incluyen estrategias de afrontamiento, manejo del duelo, y herramientas para mejorar y/o potenciar la capacidad de resiliencia; las sesiones están diseñadas con una duración aproximada de 60 minutos cada una, acompañadas de actividades vivenciales o reflexivas.

6.3.2. Justificación

La asistencia y apoyo psicológico es trascendental para todos los usuarios que se encuentran en situación de movilidad humana, los resultados del estudio han puesto en evidencia que existen personas con un duelo desadaptativo y patológico importante, y así como un bajo nivel de resiliencia en algunos casos, por lo que, resulta imperativo la puesta en marcha de planes psicológicos que provean a los participantes herramientas necesarias para

afrontar las dificultades del día a día, con la suficiente capacidad de resiliencia ante los posibles riesgos psicopatológicos a los que se ve expuesta la población migrante.

La propuesta es viable, ya que, a más de significar un aporte al manejo emocional de los integrantes del Proyecto de Movilidad Humana, cuenta con la guía de los docentes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.

6.3.3. Objetivo general

Desarrollar factores resilientes y herramientas frente al manejo del duelo migratorio en los adultos migrantes en situación de movilidad humana.

6.3.4. Objetivos específicos

- Dar a conocer los factores básicos para la construcción de la resiliencia frente al duelo migratorio.
- Brindar estrategias y técnicas para la construcción de factores protectores internos que faciliten la resiliencia en los migrantes.
- Promover factores protectores ambientales que fomenten la resiliencia a través de la comunidad.

6.3.5. Metodología de las sesiones

La metodología que se emplea para el desarrollo de las sesiones será de tipo activa, participativa, grupal y colaborativa.

6.3.5.1. Recursos.

- Humanos: facilitadora, usuarios del proyecto
- Materiales: computadora, diapositivas, proyector, parlantes, y demás recursos didácticos para cada sesión.

6.3.5.2. Estructura de las sesiones.

- Tema
- Objetivos específicos
- Momento inicial
- Contenido o técnicas/estrategias psicológicas
- Reflexión
- Cierre

6.3.6. Sesiones del plan de prevención psicológica

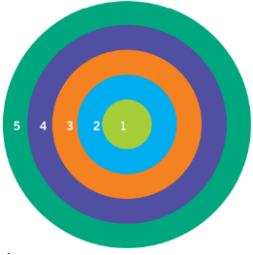
Sesión 1: Vivir el duelo no es lo mismo que pensar el duelo.

TEMA: Introducción al duelo migratorio			
Responsable:	Jenny Susana Elizalde Guerrero	Tiempo:	60 min
Destinatarios:	Usuarios del Proyecto de Movilidad Humana		
Objetivo específico:	Dar a conocer los factores básicos para la construcción de la resiliencia frente al duelo migratorio.		
ACTIVIDADES	DESARROLLO	RECURSOS	
Momento inicial	<p>1. Saludo y bienvenida</p> <p>2. Dinámica de presentación</p> <p><i>El naufragio</i> (Fundación de la familia et al., 2003, p. 37)</p> <p>El facilitador dice al grupo que están en una situación de naufragio y que deben formar botes salvavidas con algunas de estas características:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Que no queden del mismo grupo o ciudad 2) Que no se conozcan entre sí 3) Número de integrantes en el bote 4) Mixtos o sólo hombres y/o mujeres <p>Dentro del bote para sobrevivir deben cumplir algunas tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aprenderse los nombres de los demás naufragos; saber dónde nacieron; conocer qué actividad realizan en el día; deben ponerle un nombre a su bote. <p>Al final, el facilitador pide a cada bote que demuestre que cumplió sus tareas y decide si sobrevive o naufraga.</p> <p>3. Introducción</p> <p><i>Lluvia de ideas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es para ustedes el duelo? - ¿Han escuchado sobre el duelo migratorio? 	<p>Recurso visual:</p> <p>https://www.unicef.cl/centrodoc/tesuenafamiliar/02%20Dinamicas.pdf</p>	
Contenido	<p>4. Exposición teórica</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Definición de duelo</i> (Achotegui, 2008) - <i>Características del duelo migratorio</i> (Maiquez, 2019) 	<p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diapositivas /carteles 	

	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Causas y consecuencias del duelo</i> (Parlamento Europeo, 2020; Zapata, 2019; OIM, 2020) - <i>Etapas del duelo</i> (Veintimilla y Morales, 2019) - <i>Duelos de la migración</i> (Atxotegui, 2000; González, 2005) 	
Reflexión	<p>5. Ejercicio práctico</p> <p>Nombre: Nudos de la vida (Rodil, 2019, p. 53)</p> <p>Propósito: Esta actividad permite hacer un recorrido por las etapas de la vida, y poder identificar algunas pérdidas que han sido significativas en su vida y cómo las experimentó.</p> <p>Desarrollo: se entrega hojas, esfero, y una cuerda de un metro y medio a cada participante como si fuera nuestra vida, proceder como si se tratara de recorrer el ciclo vital y señalar momentos importantes que nos anudaron. Los participantes harán un nudo simple o varios nudos unos encima de otros según percibamos de intensa, grave o profunda la herida a la que hacemos referencia.</p> <p>Recordar el momento y escribir sobre este en la hoja que se les entregó previamente. Puede ayudar a referirnos al tiempo en que ocurrió, lo que significó y las consecuencias que tuvo.</p> <p>Finalmente, se da la pauta de que, si algún participante quiere compartir con alguna persona cercana sus “Nudos de vida”, o si gusta lo comparta en plenaria.</p>	<p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hojas - Esferos - Cuerdas /lana gruesa <p>Recurso visual: https://docer.com.ar/doc/c0xnnv</p>
Cierre	Dialogar sobre lo que aprendieron, lo que les pareció interesante. Solventar dudas.	

Sesión 2: El duelo como una oportunidad de renacimiento.

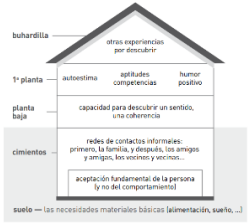
TEMA: Factores básicos de la resiliencia presentes en el duelo migratorio			
Responsable:	Jenny Susana Elizalde Guerrero	Tiempo:	60 min
Destinatarios:	Usuarios del Proyecto de Movilidad Humana		
Objetivo específico:	Dar a conocer los factores básicos para la construcción de la resiliencia frente al duelo migratorio.		

ACTIVIDADES	DESARROLLO	RECURSOS
Momento inicial	<p>1. Saludo y bienvenida 2. Introducción Video: Migraciones (Parada, 2021)</p>	<p>Recurso visual - Migraciones corto: https://www.youtube.com/watch?v=G1S6jYtmUCS</p>
Contenido o técnicas/estrategias psicológicas	<p>3. Exposición teórica</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Aculturación y estrategias de aculturación</i> (Melero Valdés, 2010) - <i>Duelo bien elaborado y duelo complicado</i> (Melero Valdés, 2010) - <i>Factores de protección o resilientes</i> (Melero Valdés, 2010; Uriarte, 2005) - <i>Recomendaciones/consejos para una adaptación positiva</i> (Veiga, 2017) 	<p>Materiales - Diapositivas /carteles</p>
Reflexión	<p>4. Ejercicio práctico</p> <p>Nombre: Diagrama de migración (Huerta y Fernández, 2007, pp. 101-105) Objetivo: Hacer conscientes en el grupo los procesos psicosociales de la migración, en particular, los procesos de duelo que puede implicar, y cómo afectan en el bienestar integral de la persona. Buscar estrategias comunes que ayuden a elaborar adecuadamente estos procesos (cómo asumir las pérdidas y reconocer las ganancias del cambio). Desarrollo: La facilitadora introducirá el ejercicio diciendo que se va a reflexionar sobre cómo cambia el entorno personal cuando se emigra. Dibujará en la pizarra un diagrama circular en blanco (con seis círculos concéntricos) con el dibujo de una mujer/hombre en el círculo central.</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 20px;"> <p>Significados de las capas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Círculo íntimo, el hogar: amigos/as íntimos/as, pareja, hijos/as, madre, padre... (familia directa) 2. Círculo próximo: amistades, familia extensa, conocidos/as, vecinos/as, el barrio... Grupos de referencia. 3. La ciudad o el pueblo: trabajo, estudios, cursos, comercios, servicios públicos, actividades de ocio, lugares habituales... La vida pública, el estatus social, profesional, formativo, económico, etc. 4. El país: estilos de vida, idioma, dialecto (lenguaje verbal y no verbal), costumbres, formas de pensar, de actuar, de relacionarse, alimentación, clima, geografía, paisajes... Los medios de comunicación, la expresión artística, la gente del país, el tipo de economía, de servicios, legislación, la organización horaria y la gestión del tiempo, organización social, territorial, concepto urbanístico, etc. 5. Cultura en sentido amplio (lo que envuelve todo): referentes históricos, míticos, creencias, valores, tradiciones, arquetipos, religión, roles de género y otros roles, sentido del humor, sentido del bien y del mal, etc. </div> </div> <p>El diagrama representaría lo que rodea, apoya, da significado y conoce una persona cuando está</p>	<p>Recurso visual: https://cepaim.org/documentos/publi/Guia-Sara.pdf</p> <p>Materiales: Papelógrafo o pizarra Marcadores</p>

	<p>asentada en un lugar, el lugar de donde es o en el que siente pertenencia. Se pide al grupo que, en base a ello, por lluvia de ideas y en orden, ayude a completar este diagrama, empezando por la parte central, más próxima a la figura, para terminar en la más externa. La facilitadora dirá una pregunta por capa circular, que completará antes de pasar a la siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Con qué apoyos cuenta en su círculo más íntimo? ¿Quién te rodea? 2. En segundo lugar, ¿con quién se relaciona con frecuencia? ¿Con qué apoyos cuenta? ¿Qué rodea su hogar? ¿Qué y quien está próximo al círculo íntimo? 3. ¿Cuáles son sus lugares de relación? ¿Qué hace fuera de los círculos próximos? ¿Con quién se relaciona? ¿Dónde va habitualmente? ¿Cómo es su ciudad o pueblo? 4. En unos lugares más amplios, ¿cuáles y cómo es su entorno? ¿Cómo es su país? ¿Qué maneja para saber desenvolverse en él? ¿Qué le influye? ¿Qué rige el entorno? ¿Qué la rodea? 5. ¿Qué aspectos más generales envuelven todo ello? ¿Qué otros elementos se manejan a un nivel más abstracto, casi sin ser conscientes? ¿Qué elementos forman la cultura en sentido amplio? <p>Este sería el “diagrama de origen”. Todos estos elementos, estas “capas”, constituirán el mundo conocido de una persona. Con ello construiría sus “gafas” para mirar el mundo e interpretar la realidad. Las personas y partes que lo forman son el espejo que guía a la persona para definirse, valorarse, marcarse objetivos, tomar decisiones, etc.</p> <p>Cuando se haya completado este diagrama, la facilitadora preguntará: “Y en el lugar de destino, ¿quién y qué se tiene? ¿Qué pasa cuando se emigra, cuando se cambia de lugar? ¿Cómo queda el diagrama?”</p> <p>Se podrá realizar otro diagrama, o bien, ir borrando las cosas que cambian o desaparecen en el lugar de destino, al emigrar. Seguidamente, cada participante comentará cómo ha quedado su “diagrama” personal: qué ha cambiado, si lo está completando, o enriqueciendo y qué estrategias emplea o podría emplear para completarlo y para mantener la conexión entre lo del país de origen y su nueva realidad. Se finaliza con una reflexión grupal.</p>	
Cierre	Dialogar sobre lo que aprendieron, lo que les pareció interesante. Solventar dudas.	

Sesión 3: Se nace o se hace resiliente.

TEMA: Factores protectores individuales resilientes			
Responsable	Jenny Susana Elizalde Guerrero	Tiempo:	60 min
Destinatarios:	Usuarios del Proyecto de Movilidad Humana		
Objetivo específico:	Brindar estrategias y técnicas para la construcción de factores protectores internos que faciliten la resiliencia en los migrantes.		
ACTIVIDADES	DESARROLLO	RECURSOS	
Momento inicial	<p>1. Saludo y bienvenida</p> <p>2. Introducción</p> <p><i>Lluvia de ideas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué saben de la resiliencia? - ¿Creen que alguien resiliente nace o se hace? <p><i>Video:</i> ¿Qué es y cómo ser una persona resiliente? (Eru Lds, 2020)</p>	<p>Recurso visual</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es y cómo ser una persona resiliente? <p>https://www.youtube.com/watch?v=OxJ7XISZRSA</p>	
Contenido o técnicas/estrategias psicológicas	<p>3. Exposición teórica</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Definición de resiliencia</i> (Mateu Pérez et al., 2009) - <i>Modelo integrador de la resiliencia</i> (Mateu Pérez et al., 2009) - <i>Mecanismos de interacción</i> (Andrade y Acle-Tomasini, 2012) - <i>Construcción de la resiliencia</i> (Uriarte, 2005; Mateu Pérez et al., 2009) - <i>Factores/elementos para construir la resiliencia</i> (Vanistendael, 2018) - <i>Factores protectores individuales</i> (Mateu Pérez et al., 2009) 	<p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diapositivas /carteles 	
Reflexión	<p>4. Ejercicio práctico</p> <p>Nombre: La casita de Vanistendael (Vanistendael, 2018)</p> <p>Objetivo: La metáfora de la casa con la construcción de la resiliencia permite de forma práctica comprender la experiencia que han vivido, reflexionar e identificar los recursos resilientes que poseen.</p> <p>Desarrollo: se pide a los participantes que observen detenidamente la casa y todo lo que contiene. Luego se les entrega una hoja y esferos para que ellos construyan su casa de acuerdo a sus</p>	<p>Recurso visual:</p> <p>https://bice.org/app/uploads/2020/04/La-Casita-es.pdf</p>	

	<p>vivencias. También, pueden añadir algún otro elemento que consideren que falte, ya sea una habitación, una puerta, jardín, muebles, etc., siempre y cuando tenga un significado para la persona. Así también, se los orienta mediante preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Sobre la aceptación fundamental:</i> ¿A quién acudes cuando tienes un problema grave?, ¿Con quién te sientes como en casa, a gusto?, ¿Quiénes son las personas que te han ayudado realmente en tu vida? - <i>Sobre el descubrimiento de sentido:</i> ¿Cuáles son tus pasatiempos favoritos? ¿Por qué te gustan esos pasatiempos?, ¿Qué responsabilidades puedes asumir?, ¿Tienes proyectos?, ¿Qué te gustaría hacer en la vida?, ¿Te gusta ayudar a los demás?, ¿Piensas que la vida tiene un objetivo? Si es así, ¿cuál es? - <i>Sobre la autoestima:</i> ¿En qué eres realmente talentoso/habilidoso?, ¿Qué te anima mucho?, ¿Qué te desanima? - <i>Sobre las competencias:</i> ¿Qué haces realmente bien?, ¿Alguien te ha agradecido por esto?, ¿Hay otras cosas que aprender?, ¿Qué quieres todavía aprender? - <i>Sobre el humor:</i> ¿Qué te hace reír de corazón?, ¿Ya te has reído hoy?, ¿Alguien ya se ha burlado de ti? Si es así, ¿qué sentiste? 	
Cierre	Dialogar sobre lo que aprendieron, lo que les pareció interesante. Y solventar dudas.	

Sesión 4: Construyendo mi resiliencia.

TEMA: Estrategias y técnicas resilientes para migrantes			
Responsable:	Jenny Susana Elizalde Guerrero	Tiempo:	60 min
Destinatarios:	Usuarios del Proyecto de Movilidad Humana		
Objetivo específico:	Brindar estrategias y técnicas para la construcción de factores protectores internos que faciliten la resiliencia en los migrantes.		

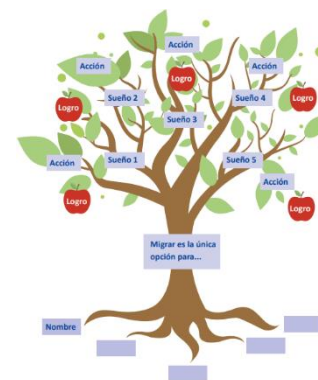
ACTIVIDADES	DESARROLLO	RECURSOS
Momento inicial	<p>1. Saludo y bienvenida 2. Introducción <i>Video:</i> El jabón (MegaConceptos, 2011) <i>Lluvia de ideas</i> - ¿Quiénes somos? - ¿Conocemos nuestras fortalezas y debilidades?</p>	<p>Recurso visual - El jabón-un video para reflexionar: https://www.youtube.com/watch?v=gQxpPKJW5w <u>U</u></p>
Contenido y técnicas/estrategias psicológicas	<p>3. Exposición teórica - <i>Modelo de las verbalizaciones resilientes de Grotberg</i> (Mateu Pérez et al., 2009) - <i>Estrategias para el desarrollo de la resiliencia</i> (Mindful Science, 2018) - <i>Pensamiento Lateral</i> (De Bono, 2000) - <i>Técnica coherencia rápida</i> (Institute of HeartMarh, 2014)</p>	<p>Materiales - Diapositivas /carteles</p>
Reflexión	<p>4. Ejercicio práctico Nombre: Los 3 sobres (Asociación Mexicana de Resiliencia, Salud y Educación, 2020) Utilidad: la redacción de estos tres sobres permite identificar recursos o habilidades pasadas, presentes y futuras para construir la resiliencia. Finalidad: recordar en alguna dificultad que se puede encontrar motivos, razones y habilidades para seguir adelante. Desarrollo: a cada participante se le entrega 3 sobres, hojas y esferos. - En el primer sobre se coloca por título: “abrir cuando creas que ya no puedas más”; en la hoja, colocar como título “lo que he logrado antes”, en esta carta anotará todas y aquellas cosas que ha logrado antes, tanto en la prosperidad como en la adversidad. - En el segundo sobre colocar el título “Abrir cuando sientas que ya no tienes de donde agarrarte”; y en la carta u hoja, colocar el título “no estoy solo/sola”, en esta anotará a todas las personas que, en el pasado, actualmente o que posiblemente en el futuro podrán formar parte de tu vida, de los desenlaces, inquietudes, experiencias que estés viviendo y de todo aquello que puedas lograr. - En el tercer sobre se coloca el título “abrir cuando sientas que ya no vale estar aquí”; y en la carta colocar por título “experiencias por descubrir”, aquí se anotará las cosas que consideres que en este momento son importantes, que te podrían motivar o que te encantaría realizar desde este momento o en el futuro.</p>	<p>Materiales: -Sobres de carta -Hojas -Esferos</p> <p>Recurso visual: https://www.youtube.com/watch?v=0oAkBRxVZ <u>U</u></p>

	Finalmente, estas cartas las guardas en sus sobres, las colocas en lugar visible para ti, y cuando tengas alguna crisis futura, las lees y recuerdes todo lo que has logrado hasta aquí, las personas que te rodean y lo que quieres lograr en el futuro.	
Cierre	Dialogar sobre lo que aprendieron, lo que les pareció interesante. Solventar dudas.	

Sesión 5: Mi apoyo familiar y social.

TEMA: Factores protectores ambientales			
Responsable:	Jenny Susana Elizalde Guerrero	Tiempo:	60 min
Destinatarios:	Usuarios del Proyecto de Movilidad Humana		
Objetivo específico:	Promover factores protectores ambientales que fomenten la resiliencia a través de la comunidad.		
ACTIVIDADES	DESARROLLO	RECURSOS	
Momento inicial	<p>1. Saludo y bienvenida</p> <p>2. Dinámica <i>Batalla de los números</i> (Paralideres, 2016) Se forman dos grupos, se le entrega al líder de cada grupo tarjetas con los números del 0 al 9, las cuales serán distribuidas por los líderes a los participantes de sus grupos. Luego, el facilitador dirá números al azar y los grupos tendrán que formar la cantidad mencionada lo más rápido posible y presentarla al facilitador. Gana el que más rápido lo hace y tenga mayor número de participaciones.</p> <p>3. Introducción <i>Lluvia de ideas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué significa para ti, la familia? - ¿Consideras que tienes personas que te apoyarán incondicionalmente? 	<p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas de papel - Esferos <p>Recurso visual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Batalla de los números: https://www.youtube.com/watch?v=vNDAIj16-xI 	

<p>Contenido o técnicas/estrategias psicológicas</p>	<p>4. Exposición teórica</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Factores ambientales</i> (Mateu Pérez et al., 2009) - <i>Habilidades para la vida</i> (Oficina Católica Internacional de la Infancia [BICE], s.f.) 	<p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diapositivas /carteles
<p>Reflexión</p>	<p>5. Ejercicio práctico</p> <p>Nombre: El árbol de los sueños (OIM, 2018, pp. 163-165)</p> <p>Objetivo: Imaginar las diversas alternativas de deseos, sueños y metas a través de cuestionar la historia única.</p> <p>Desarrollo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De manera individual, la persona facilitadora les pedirá que dibujen con marcadores en el pliego de rotafolio un tronco de árbol con raíces y escriban en el tronco esa idea, sueño o deseo que visualizan como idea única (en caso de estar trabajando con personas que tengan la idea de migrar o personas retornadas que quieran reincidir, podría ser: “Migrar es la única opción para...”). 2. Mientras dibujan las raíces, irán respondiendo la siguiente pregunta: ¿Quiénes son las personas, historias, acontecimientos familiares o de vecinos que han influido para nutrir las raíces de este tronco (idea) en su vida? Pueden ir escribiendo sobre las raíces los nombres de las personas en las que están pensando. 3. Posteriormente, cada participante completará la frase del tronco dibujando o escribiendo lo que desee para ampliar esta idea: “Migrar es la única opción para...”. 4. La persona facilitadora les solicitará dibujar cinco ramas que salgan del tronco y en cada una escribir o dibujar un sueño distinto al que sostiene el tronco. Deben imaginar cinco ideas o sueños nuevos y plasmarlos en cada una de las ramas. 5. También les dirá que dibujen sobre cada rama una hoja. Allí identificarán acciones que tendrían que llevar a cabo para conseguir estos sueños. 6. Finalmente, dibujarán los frutos del árbol y en ellos plasmarán los logros personales de los que se sentirían orgullosos al conseguir cada uno de los nuevos sueños. 7. Al terminar, cada participante pegará en la pared su árbol y juntos construirán un bosque de sueños nuevos. Todo el grupo pasará observando y apreciando los árboles de sueños que hay en este bosque mientras escuchan la canción “La vida es un vals”. 8. Para cerrar, compartirán en una plenaria, conversando acerca de aquello de lo que se dan 	<p>Materiales</p> <p>Hojas de papel bond, marcadores de colores, esferos y cinta adhesiva</p> <p>Recurso visual:</p> <p>https://publications.iom.int/system/files/pdf/guia_atencion_psicosocial.pdf</p> <p>Canción: La vida es un vals, de Diego Torres.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=l2FiJLFI47M</p>



	cuenta al hacer esta actividad.	
Cierre	Dialogar sobre lo que aprendieron, lo que les pareció interesante. Solventar dudas.	

Sesión 6: Fomento de la resiliencia comunitaria.

TEMA: Fomento de la resiliencia a través de la comunidad			
Responsable:	Jenny Susana Elizalde Guerrero	Tiempo:	60 min
Destinatarios:	Usuarios del Proyecto de Movilidad Humana		
Objetivo específico:	Promover factores protectores ambientales que fomenten la resiliencia a través de la comunidad.		
ACTIVIDADES	DESARROLLO	RECURSOS	
Momento inicial	1. Saludo y bienvenida 2. Introducción <i>Lluvia de ideas</i> <i>¿Creen que la comunidad puede ayudarnos a construir/mejorar nuestra resiliencia?</i>		
Contenido o técnicas/estrategias psicológicas	3. Exposición teórica - <i>Factores ambientales que fomentan la resiliencia</i> (Matta, 2010) - <i>Recomendaciones para fomentar la resiliencia a través de la comunidad</i> (Catañer y Díaz, 2017) - <i>Música colectiva</i> - <i>Construcción colectiva de un libro</i> - <i>Talleres o clubes de lectura</i>	Materiales - Diapositivas /carteles	

Reflexión	<p>4. Ejercicio práctico</p> <p>Nombre: Reconociendo la comunidad (OIM, 2018, pp. 166-167)</p> <p>Objetivo: Hacer un autodiagnóstico sobre la comunidad en que se encuentran las personas participantes para que detecten sus fortalezas, desafíos y debilidades, así como fortalecer el sentido de pertenencia.</p> <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El facilitador les preguntará mediante una lluvia de ideas, qué es para ellos la identidad. Una vez que hayan dado sus respuestas, les pedirá que se reúnan en grupos de 5 personas para conversar sobre la identidad comunitaria. Les entregará papelógrafos para que en conjunto respondan las siguientes preguntas: 1) ¿Cuáles son dos de las mejores cosas que tiene esta comunidad? 2) ¿Cuáles son las otras dos no tan buenas? 3) ¿Qué es lo que realmente significa para ustedes pertenecer/trabajar en esta comunidad? 4) ¿Cómo ha afectado la migración a esta comunidad? (tanto de las personas que han migrado como de las personas migrantes que se han integrado o están de paso en la comunidad) 5) ¿Cómo consideran que se puede apoyar a esta comunidad para promover el bienestar de sus habitantes, así como de los migrantes que se integran o que van de paso? <ul style="list-style-type: none"> - La respuesta a estas preguntas puede ser de forma gráfica (por medio de mapas, dibujos de la comunidad) o escrita. - Cada grupo realizará su exposición, mientras la persona facilitadora irá integrando los puntos centrales que presentaron todos los grupos. 	<p>Materiales</p> <p>Papelotes Marcadores</p> <p>Recurso visual:</p> <p>https://publications.iom.int/system/files/pdf/guia_atencion_psicosocial.pdf</p>
Cierre y agradecimiento	<p>Dialogar sobre lo que aprendieron, lo que les pareció interesante.</p> <p>Solventar dudas.</p> <p>Agradecimiento a los participantes, y culminación del plan psicológico.</p>	

7. Discusión

Los inmigrantes desde que inician su travesía, ya sea por la búsqueda de empleo, desplazamiento forzado, conflictos armados, entre otras causas, van pasando por diferentes pérdidas o duelos, que tienen gran implicación en el bienestar psicológico y social.

El presente estudio tuvo por objetivo determinar el tipo de duelo migratorio prevaleciente y la capacidad de resiliencia de las personas adultas en situación de movilidad humana que residen en la Ciudad de Loja. Es así, que en esta investigación, se obtuvo que en el duelo por la familia (70%), la lengua (65%), la cultura (51,7%), la tierra (58,3%), el estatus social (58,3%) y el grupo de pertenencia (68,3%) muestran principalmente duelos adaptativos haciendo referencia a que los inmigrantes en su mayoría, manifiestan control, asertividad, replegamiento, autocrítica, repensar, reposo, exploración y acción; indicando que están considerablemente equilibrados en cuanto a la búsqueda de recursos y la seguridad. En contraste con los resultados prevalentes de esta investigación, en la que los inmigrantes muestran formas adaptativas en la elaboración de duelos y manejo del estrés, en el estudio realizado por De la Revilla et al. (2011), con 290 inmigrantes mayores de 18 años que acudieron a atención primaria por distintos motivos durante 2008 y 2009 en Granada (España), encontraron que un 15,5% (factor nostalgia según el método varimax) representa la pérdida de todo lo que ha quedado en el país de origen, como la tierra, el hogar, el paisaje y sobre todo los seres queridos, son los aspectos más frecuentes que hallaron en los inmigrantes. En cuanto al duelo por los riesgos físicos en esta investigación, la elaboración de esta pérdida está dividida, es decir, la mitad ha elaborado acertadamente el duelo (50%) y la otra, indica duelo desadaptativo y patológico (50%).

Si bien, en su mayoría los participantes muestran duelos adaptativos, hay que tomar en cuenta que los porcentajes consecutivos referentes a duelos desadaptativos muestran porcentajes considerables como en el duelo por la cultura (45%), los riesgos físicos (46,7%), la tierra (40%), el estatus social (40%), por lo cual, estos duelos no han sido superados en su totalidad y están causando malestar psicológico en los inmigrantes, resultados que concuerdan con los encontrados por De la Revilla et al. (2011). Otro estudio relacionado con las consecuencias que produce el duelo migratorio en los inmigrantes realizado por Loizate et al. (2015), con más de 1100 casos atendidos en el Servicio de Atención Psicopatológica y Psicosocial a Inmigrantes y Refugiados de Barcelona, muestran que un 15,6% de los inmigrantes padecen el síndrome de Ulises, un cuadro de estrés crónico que equivale a un duelo migratorio extremo (Achotegui, 2008), en esta investigación, al ser una muestra pequeña, el duelo patológico se evidenció entre el 1,7% a 5%. En definitiva, todos los

cambios por los que pasa el inmigrante pueden volverse una transición muy notoria por la añoranza de su lugar de origen, su estilo de vida o estatus social.

En vista de que los migrantes comparten la lengua con el país receptor, probablemente tendrán mayor facilidad de integración, a pesar de las diferencias inevitables en el acento y en los códigos lingüísticos (Martínez, 2013); complementando con los datos sociodemográficos de esta investigación, casi en su totalidad los inmigrantes y el país receptor son de habla hispana, lo que facilita en gran medida la comunicación.

Con relación a los datos sociodemográficos, se ha creído conveniente mencionar algunos datos, que permiten comprender aspectos positivos en la elaboración del duelo migratorio, por consiguiente, en esta investigación se encontró que un 91,7% vive acompañado, ya sea con algún familiar (hijos, padres, hermanos), pareja o amigos; así también, la mayoría de encuestados poseen un buen grado de educación entre bachiller (40%), bachillerato incompleto (21,7%) y universitario (25%). Estos resultados son respaldados por el estudio realizado por Barbacid y Crespo (2004), con 38 inmigrantes mayores de 18 años en Madrid que acuden por primera vez a un centro de salud mental, encontraron que un 55,2% viven con su cónyuge o pareja y el 39,5% viven con familiares u otros; referente al nivel de estudios, el 23,7% tienen estudios primarios, el 44,7% estudios medios y el 23,7% estudios superiores. Por ende, si el inmigrante posee estrategias de afrontamiento, ya sea a nivel individual o comunitario, se pronostica mejores respuestas de elaboración del duelo, así también, la presencia de ciertos aspectos como migrar con la familia, que en el país receptor hablen el mismo idioma, tengan grupos de apoyo de la misma nacionalidad, la movilidad territorial sea corta (los inmigrantes de este estudio casi en su totalidad provienen de países vecinos: Colombia, Venezuela y Perú), contribuyen a que el duelo sea más adaptativo.

Por otra parte, la respuesta resiliente ante diferentes sucesos, ya sea en crisis vitales o circunstanciales, es un factor fundamental para superar con éxito un evento traumático. La capacidad de adaptación en los inmigrantes ha sido primordial para poder recuperarse de sucesos vitales complejos. Considerando los resultados obtenidos en esta investigación, donde la mayoría de los participantes indican poseer buenos niveles de resiliencia (normal=11,7%; alta=33,3%; muy alta=48,3%) que va de lo normal a una muy alta resiliencia, a excepción de un porcentaje mínimo de inmigrantes que menciona tener bajo nivel de resiliencia (6,7%), se puede evidenciar el proceso evolutivo de la resiliencia que se desarrolla muchas veces a través de la interacción con el ambiente y sin ser conscientes de ello. Algunos factores que contribuyen al desarrollo de la resiliencia son los recursos psicológicos y de afrontamiento (autoestima, optimismo y autoeficacia); el apoyo social de la familia, los amigos o

asociaciones, y el entorno comunitario como los servicios de salud, servicios sociales, etc. (Gagnon y Stewart, 2014), por ello, estos factores actúan como protectores y potenciadores de respuestas resilientes. Por consiguiente, los resultados encontrados se relacionan con un estudio realizado por García-Cid et al. (2017), con 1094 inmigrantes que residen en España, hallaron que la capacidad resiliente de los inmigrantes se relaciona positivamente con la satisfacción vital y la salud mental (correlación alta: $r= 0.71$), específicamente en las dimensiones de tenacidad (tolerancia = 0.43; FIV= 2.31) y el control personal (tolerancia= 0.48; FIV = 2.08), así también, la percepción de apoyo familiar y de los amigos autóctonos e inmigrantes es mayor en latinoamericanos (0,21; $p<0,01$) y africanos (0,19; $p<0,01$), se relaciona positivamente con la valoración subjetiva de la vida. En otro estudio realizado por Niño Arguelles et al. (2020), con 377 inmigrantes venezolanos residentes en Manta (Ecuador) encontraron que los migrantes han tenido que vivenciar situaciones adversas como discriminación (49,3%), rechazo y aporofobia (miedo/rechazo hacia la pobreza o a las personas de escasos recursos económicos) en el lugar de acogida, factores evidentemente limitantes para su bienestar, los investigadores concluyeron que a los inmigrantes les ha tocado ser resilientes, para afrontar su realidad.

En algunos casos, los inmigrantes cuentan con redes de apoyo familiar y social, poseen estrategias de afrontamiento o su proyecto migratorio tiene éxito, lo que facilita su adaptación en el lugar de acogida y pasan por menos situaciones de estrés o desequilibrio psicológico, sin embargo, en muchos de los casos, los inmigrantes no cuentan con suficientes recursos de apoyo para afrontar las situaciones adversas que se les presentan a nivel personal y social, pero, ya sea por responsabilidades, promesas con su familia, proyectos de vida, desplazamientos forzados (conflictos, crisis económicas, vulneración de los derechos humanos), muestran una actitud positiva ante la adversidad, haciendo que se convierta en una motivación para continuar, por ende, conscientemente o no, van desarrollando su resiliencia.

Finalmente, es importante mencionar algunas limitaciones encontradas en la ejecución de esta investigación, entre ellas: se evidenció cierta inconsistencia con algunos vocablos del Test del Kayak y los códigos lingüísticos de los inmigrantes, por lo que, se les dificultó un poco la comprensión de las afirmaciones; así también, fue notoria cierta vacilación en algunos participantes para completar en su totalidad los datos de la ficha sociodemográfica. Sin embargo, se pudo solventar dudas y concretar la recolección de información respetando el derecho a omitir datos personales por parte de algunos participantes.

8. Conclusiones

De acuerdo a los resultados del test del Kayak, el tipo de duelo migratorio prevalente fue el duelo adaptativo en las siete dimensiones evaluadas, sin embargo, se encontró que en las dimensiones cultura, tierra, estatus social y riesgos físicos, existe un porcentaje considerable de duelos desadaptativos y patológicos.

La mayoría de participantes inmigrantes presentan niveles de resiliencia altos, y un mínimo porcentaje un nivel bajo de resiliencia, teniendo en cuenta las dificultades a lo largo del trayecto migratorio.

Se ha diseñado un plan de prevención con el objetivo de desarrollar factores resilientes y herramientas frente al manejo del duelo migratorio en los adultos migrantes en situación de movilidad humana, enfocado en mejorar la salud mental; consta de seis sesiones psicoeducativas y prácticas reflexivas para los inmigrantes del Proyecto de movilidad Humana.

9. Recomendaciones

Se recomienda a los organismos competentes que trabajan con personas inmigrantes, realizar talleres o campañas de sensibilización continua a empleadores y a la sociedad en general para generar mayor empatía y sensibilizar sobre esta problemática social.

Diseñar planes psicológicos que formen parte de la atención integral de los inmigrantes, donde se pueda actuar de forma preventiva o intervenir según las necesidades y dificultades que tenga a nivel individual y colectiva el inmigrante. Específicamente, que se trabaje en los procesos de duelo, de manera que se les pueda aportar estrategias psicológicas para afrontar las pérdidas pasadas, presentes y/o futuras.

Se propone generar espacios o grupos de apoyo vivenciales, con la participación de personal de salud e inmigrantes que han superado sus duelos y posean niveles de resiliencia altos, con la finalidad de poder brindar apoyo emocional.

Se sugiere tanto a los organismos gubernamentales y no gubernamentales que organicen publicidad y difusión de información sobre lugares o grupos de apoyo que laboran en pro de los inmigrantes u ofrecen servicios de atención, para que acudan a estos y se mitigue la vulneración de sus derechos, la discriminación o estereotipos que sin duda afectan su calidad de vida.

Finalmente, se recomienda que, para investigaciones futuras sobre la temática, se consideren las limitaciones de esta investigación; además, se amplíe la muestra para abarcar a más población migrante y se consideren variables diferentes en cuanto a edad, de modo que los resultados sean más globales.

10. Bibliografía

- Achotegui, Joseba. (2008). *Duelo migratorio extremo: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises)*, 11.
- Achotegui, Joseba. (2018). *Test de evaluación del estrés y el duelo migratorio. El test del Kayak*. El Mundo de la Mente.
- Achotegui, J. y Casas, J. M. (2022). *Propuesta para un estudio sobre los efectos psicopatológicos que las demoras en las homologaciones de titulaciones extranjeras tienen sobre el colectivo de psicólogas y psicólogos migrantes*. Universitat de Barcelona.
- Andrade, E. A. y Aclé-Tomasini, G. (2012). Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de Yucatán: elementos para favorecer la adaptación escolar. *Acta colombiana de psicología*, 15(2), 53-64.
- Asociación Mexicana de Resiliencia, Salud y Educación, A. C. [AMERSE RESILIENCIA]. (2020, 22 julio). *Los tres sobres / dinámica para contar resiliencia* [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=0oAkbRxVZ_U
- Atxotegui, Joseba. (2000). Los duelos de la migración: una aproximación psicopatológica y psicosocial. *Semantic Scholar*. <https://www.semanticscholar.org/paper/Los-duelos-de-la-migraci%C3%B3n%3A-una-aproximaci%C3%B3n-y-Atxotegui/635c7af7084be5d623a5a6d32c2c107d9ad3e7d5>
- Barbacid, P. y Crespo Valencia, A. (01 de enero de 2004). *Pacientes inmigrantes en un centro de salud mental comunitario* [Resumen de presentación de la conferencia]. Conferencia de Psiquiatría General, Madrid, España. <http://psiqu.com/1-2417>
- De Bono, E. (2000). *El pensamiento lateral. Manual de creatividad*. Argentina: Paidós Plural. <https://tecnologia3bunlp.files.wordpress.com/2015/03/edward-de-bono-pensamiento-lateral.pdf>
- Carretero Bermejo, R., (2010). Resiliencia. una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 27 (3).
- Castagnola, Carlos., Cotrina, Juan. y Aguinaga, Dante. (2021). *La resiliencia como factor fundamental en tiempos de Covid-19*. Perú: Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Catañer, A. y Díaz, Y. (2017). Manual de actividades que propicien resiliencia en niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados alojados en centros de asistencia social. *Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia* [UNICEF]. Ed. 1ª: México.

- Coordinación General de Planificación y Gestión Estratégica. (2021). *Ministerio de Inclusión Económica y Social, rendición de cuentas 2020- Dirección Distrital Loja*. Rendición de cuentas. Quito: Ministerio de Inclusión Económica y Social.
- Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. (2016). *Guía para la intervención psicológica con inmigrantes y refugiados*. Madrid, España: Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.
- Eru Lds. (2020, 28 de septiembre) *¿Qué es y cómo ser una persona resiliente?* [Video] YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=OxJ7XISZRSA>
- Fuentes, M. (2020). Promoción de la salud, bienestar y calidad de vida desde el ámbito socioeducativo. *Education Journal, Health, Environment and Citizenship ESAMEC*, 2020.
- Fundación de la Familia, Fundación íntegra, Prodemu. y Unicef. (2003) cuaderno 1: *¿Te suena familiar? Dinámicas y juegos. Talleres para trabajar en familia ¿te suena familiar?* Andros Impresores. <https://www.unicef.cl/centrodoc/tesuenafamiliar/02%20Dinamicas.pdf>
- Gagnon, A. y Stewart, D. (2014). Resiliencia en mujeres migrantes internacionales después de la violencia asociada con el embarazo. *Arch Women's Ment Health* 17, 303-310. <https://doi.org/10.1007/s00737-013-0392-5>
- García-Cid, A., Hombrados-Mendieta, I., Gómez-Jacinto, L., Palma-García, M. y Millán-Franco, M. (2017). Apoyo social, resiliencia y región de origen en la salud mental y la satisfacción vital de los inmigrantes. *Universidad Psychologica*, 16 (Suplemento 5), 91-104. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-5.asrr>
- García-Vesga, M. y Domínguez-de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), pp. 63-77.
- González, Valentín. (2005). El duelo migratorio. *Revista del Departamento de Trabajo Social, Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de Colombia* 7: 77-97.
- Henderson, N. y Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires, Paidós <https://toaz.info/doc-view>
- Huerta, R. y Fernández, E. (2007). *Guía práctica para la dinamización de espacios de desarrollo personal y profesional para mujeres inmigrantes*. PardeDOS. <https://cepaim.org/documentos/publi/Guia-Sara.pdf>
- Instituto Centta. (2017). *Duelo migratorio: ¿Qué es y cómo se afronta?* Instituto Centta. <https://centta.es/articulos-proprios/duelo-migratorio>

- Instituto Nacional de Estadística y Censos [INEC]. (2021). *Entradas y Salidas Internacionales*. Instituto Nacional de Estadística y Censos. 2021. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/entradas-y-salidas-internacionales/>.
- Institute of HeartMath. (2014). *Guía Construyendo Resiliencia Personal: Habilidades HeartMath para la efectividad personal*. Editorial: HeartMath.
- Loizate, J., López, A., Suárez-Varela, M., Espeso, D. y Achotegui, A. (2015). Estudio sociodemográfico de los inmigrantes con síndrome de Ulises: Estudio sobre 1.110 inmigrantes atendidos en el SAPPPIR in Barcelona. *Norte de salud mental*, 13(52), 70-78.
- López, Vladimir. (2007). Causas y consecuencias de la migración de los hondureños con destino a Estados Unidos: estudio en dos albergues del noreste mexicano. *Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (CLACSO)*, 2007. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/becas/20200124052701/lopez.pdf>.
- Maiquez María. (2019). *Una Revisión teórica sobre el duelo migratorio*. España: Universidad de la Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/16879/Una%20revisi%20teorica%20obre%20el%20duelo%20migratorio..pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Mateu Pérez, R., García Renedo, M., Gil Beltrán, J. M. y Caballer Miedes, A. (2009). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. *Universitat Jume I*. https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Matta Solís, H. (2010). *Grado de desarrollo de la resiliencia y su relación con los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima, Ica, Ayacucho y Huánuco–2005* [Tesis de doctorado]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Martínez, D. (2013). *Duelo migratorio en personas inmigrantes en España: Una aproximación multidimensional* [Tesis de Maestría]. Universidad Pontificia Comillas, Madrid.
- Martínez Solís, A., Miranda, J., López, G. y Rodríguez, D. (2019). Salud y Migración. *Revista Salud Regional*, n.º 2: 40.
- MegaConcepto. (2011, 11 de enero). *El jabón - un video para reflexionar* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=gQxpPKJW5ww>
- Melero Valdés, L. (2010). *La persona más allá de la migración: Manual de intervención psicosocial con personas migrantes*. Fundación Cie Migra.

- https://www.educatolerancia.com/wp-content/uploads/2016/12/Melero_LA_PERSONA_MAS_ALLA_DE_LA_MIGRACION.pdf
- Mindful Science. (2018, 11 de noviembre). *Desarrolla tu resiliencia con estas 3 sencillas estrategias* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=Yj4xHh86R9E>
- Ministerio de Gobierno. (2020). *Plan Integral para la Atención y Protección de la Población Venezolana en Movilidad Humana en Ecuador 2020 – 2021*. Ministerio de Gobierno.
- Ministerio de Inclusión Económica y Social [MIES]. (2022). *MIES y Prefectura de Loja entregaron alimentos a familias del proyecto de Movilidad Humana – Ministerio de Inclusión Económica y Social*. Gobierno de la República del Ecuador. 2022. <https://www.inclusion.gob.ec/mies-y-prefectura-de-loja-entregaron-alimentos-a-familias-del-proyecto-de-movilidad-humana/>
- Niño Arguelles, Y., Álvarez Santana, C. y Locatelli, F. (2020). Migración Venezolana, Aporofobia en Ecuador y Resiliencia de los Inmigrantes Venezolanos en Manta, Periodo 2020. *Revista San Gregorio*, (43), 92-108.
- Oficina Católica Internacional de la Infancia [BICE]. (s.f.). *Modelos explicativos para promover la resiliencia*. Bice. <https://bice.org/es/la-resiliencia-en-el-centro-de-nuestra-accion/modelos-explicativos-para-promover-la-resiliencia/>
- Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2018). *Guía para la atención psicosocial a personas migrantes en Mesoamérica*. https://publications.iom.int/system/files/pdf/guia_atencion_psicosocial.pdf
- Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2020). *Informe sobre las migraciones en el mundo 2020*. https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr_2020_es.pdf
- Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2021). *Indicadores de Gobernanza de la Migración Perfil 2021 – Distrito Metropolitano de Quito*. Ginebra. <https://publications.iom.int/system/files/pdf/MGI-Quito-2021-ES.pdf>.
- Parada, Paola. (2021, 15 de agosto). *Migraciones corto* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=G1S6jYtmUcs>
- Paralideres. (2016, 26 de noviembre). *Dinámica 37 | La Batalla de los Números | ParaLideres.org* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=vNDAIj16-xI>
- Parlamento Europeo. (2020). *Explorar las causas de la migración: ¿por qué migran las personas?* Noticias Parlamento Europeo. 1 de julio de 2020.


- <https://www.europarl.europa.eu/news/es/headlines/world/20200624STO81906/explorar-las-causas-de-la-migracion-por-que-migran-las-personas>.
- Rebaza, Rocío. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019*. Perú: Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Reig Botella, A., Clemente Díaz, M. y Sangiao Bastida, I. (2018). Migración y síndrome de Ulises: ser nadie en tierra de nadie. *Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*, 24, 27-43. <https://doi.org/10.20932/barataria.v0i24.388>
- De la Revilla, L., Ana, M., del Castillo, J. D. D. L., García, M. G., Morillas, C. V. y Torres, G. L. (2011). Estudio del duelo migratorio en pacientes inmigrantes que acuden a las consultas de atención primaria. Presentación de un cuestionario de valoración del duelo migratorio. *Atención primaria*, 43(9), 467-473. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2010.09.013>
- Rodil, V. (2019). *Se me ha roto la vida. Reflexiones y testimonios de duelo*. Editorial Sal Terrae. <https://docer.com.ar/doc/c0xnnv>
- Sánchez-Teruel, D. y Robles-Bello, M. (2015). Escala de Resiliencia 14 ítems (RS-14): Propiedades psicométricas de la versión en español. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - y Avaliação Psicológica*, 2 (40), 103-113.
- Segura, Mayra. (2016). *La adolescencia inicial y la resiliencia en los estudiantes de octavo, noveno y décimo año de la Unidad Educativa "Juan Benigno Vela", ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua*. Ecuador: Universidad Técnica de Ambato.
- Uriarte Arciniega, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10 (2), 61-79.
- Valle Alex. (2017). Breve análisis histórico de la inmigración al Ecuador. *Pontificia Universidad Católica del Ecuador*, 2017. <https://www.redalyc.org/journal/6002/600263744015/html/>
- Vanistendael, S. (2018). *Hacia la puesta en práctica de la resiliencia. La casita: una herramienta sencilla para un desafío complejo*. Paris (Francia)–Ginebra (Suiza): Oficina Internacional Católica de la Infancia (BICE). Romeu Soriano, Francisco José, 2021. Recensión de Grané Ortega, Jordi y Forés Miravalles, Anna, Hagamos que sus vidas sean extraordinarias, 12, 235-239.
- Veiga, E. (16 de mayo de 2017). *Duelo migratorio: qué es y cómo puedo afrontarlo*. Haztua. <https://www.haztua.com/duelo-migratorio-que-es-y-como-puedo-afrontar/>

Veintimilla, G. y Morales, E. (2019). *Niveles de Estrés y Tipos de Duelo en personas en situación de movilidad humana procedentes de Venezuela residentes en Quito*. Quito: Universidad Central de Ecuador.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/19787/1/T-UCE-0007-CPS-195.pdf>


Zapata, María. (2019). *“Incidencia del síndrome de Ulises en el duelo migratorio”*. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/17816/Disertaci%3%b3n%2c%20Mar%3%ada%20Jos%3%a9%20Zapata%20Le%3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

11. Anexos

11.1. Anexo 1: Solicitud del informe de estructura y coherencia del Trabajo de Integración Curricular



1859



Universidad
Nacional
de Loja

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Facultad
de la Salud
Humana

Oficio. No. 498- C.PS.CL- FSH-UNL
Loja, 03 noviembre de 2022


Psicóloga Clínica
Cindy Estefanía Cuenca Sánchez. Mgs
DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-UNL
Ciudad. -

De mi consideración:

Por el presente extiendo un cordial saludo de bienestar, y a la vez me permito hacer conocer que ha sido designada para analizar y emitir el respectivo informe denominado. **“DUELO MIGRATORIO Y RESILIENCIA EN PERSONAS ADULTAS EN SITUACIÓN DE MOVILIDAD HUMANA QUE RESIDEN EN LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO 2022-2023”**, autoría de la señorita Jenny Susana Elizalde Guerrero CI.1717200636, estudiante del VIII ciclo de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana, debiendo recordar que la emisión del informe será remitida al correo electrónico de la Dirección de carrera con copia a (secretaria.epc@unl.edu.ec) dentro de ocho días laborables.

En seguridad de contar con su colaboración, le expreso mi agradecimiento.

Atentamente,



¡Pasa a la otra orilla con esta gran!

**ANA CATALINA
PUERTAS
AZANZA**

Dra. Ana Puertas Azanza Mgs
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
FACULTAD DE LA SALUD HUMANA -UNL

C/c. Jenny Susana Elizalde Guerrero
Expediente académico
Archivo
APA/tsc

Calle Manuel Monteros
tras el Hospital Isidro Ayora - Loja - Ecuador
072-57 1379 Ext.102

11.2. Anexo 2: Respuesta del informe de estructura y coherencia del Trabajo de Integración Curricular



unl

Universidad
Nacional
de Loja

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Facultad
de la Salud
Humana

Oficio. No. 521- C.PS.CL- FSH-UNL
Loja, 16 de noviembre de 2022

Señorita.
Jenny Susana Elizalde Guerrero
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-UNL
Ciudad. -

De mi consideración:

Por el presente me permito hacer conocer que se adjunta la respuesta del informe de **ESTRUCTURA Y COHERENCIA** del Proyecto de Integración Curricular denominado: **"DUELO MIGRATORIO Y RESILIENCIA EN PERSONAS ADULTAS EN SITUACIÓN DE MOVILIDAD HUMANA QUE RESIDEN EN LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO 2022-2023"**, de su autoría; el mismo fue emitido por la Psic Cl. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez Mgs docente responsable.

Particular que comunico a usted para los fines correspondientes.

Atentamente,



ANA CATALINA
PUERTAS
ASPIRANTE

Dra. Ana Catalina Puertas
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA.

C/c. Expediente Estudiantil
Archivo



Loja, 15 de noviembre de 2022

Dra. Ana C. Puertas A. Mg.
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA - UNL.
En su despacho. –

De mi consideración:

Extiendo un saludo atento, cordial y respetuoso.

En respuesta al Oficio No. 498-- C.PS.CL- FSH-UNL, de fecha 03 de noviembre de 2022, en el que se solicita analizar y emitir el informe de estructura y coherencia del proyecto denominado: **“DUELO MIGRATORIO Y RESILIENCIA EN PERSONAS ADULTAS EN SITUACIÓN DE MOVILIDAD HUMANA QUE RESIDEN EN LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO 2022-2023”**, de autoría de la señorita Jenny Susana Elizalde Guerrero CI. 1717200636, estudiante del octavo ciclo de la carrera de Psicología Clínica, menciono que:

Una vez que se ha realizado la revisión del Proyecto de Integración Curricular, informo a Usted que el mismo **tiene estructura y coherencia**, por lo que se considera podrá continuar realizando su trabajo de Integración Curricular, según el cronograma planteado.

Atentamente,



Psc. Cl. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez. Mg.Sc
Docente

11.3. Anexo 3: Solicitud de apertura en el Proyecto de Movilidad Humana



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Facultad
de la Salud
Humana

Oficio. No. 549- C.PS.CL- FSH-UNL.
Loja, 07 diciembre de 2022.

Ingeniero.
Rafael Dávila Egúez
PREFECTO DE LA PRUVINCIA DE LOJA.
Ciudad. -



De mi consideración:

Por medio del presente reciba un cordial y atento saludo, de quienes conformamos la carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja el motivo es solicitarle comedidamente la autorización para que la Srta. **Jenny Susana Elizalde Guerrero** CI 1717200636 estudiante del VIII de la carrera de Psicología Clínica pueda desarrollar su Trabajo de Integración Curricular en la Institución que acertadamente dirige; con el tema **"DUELO MIGRATORIO Y RESILIENCIA EN PERSONAS ADULTAS EN SITUACIÓN DE MOVILIDAD HUMANA QUE RESIDEN EN LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO 2022-2023.**

Con la coordinación de la Psic. CI Cindy Estefanía Cuenca Sánchez Mgs; a quien se la ha designado Directora; con lo expuesto, de la manera más comedida solicitarle su autorización y apoyo para realizar el proceso de evaluación en el proyecto de Movilidad Humana del Gobierno Provincial de Loja en convenio con el MIES, el cual dará inicio el mes de diciembre del 2022 hasta mayo del 2023, se iniciará con la aplicación de los siguientes reactivos psicológicos: **ESCALA DE RESILIENCIA DE 14-ITEM (ER-14) y TEST DEL KAYAK (Test de evaluación del duelo migratorio)**; se llevará a cabo en modalidad presencial, su método de aplicación es colectivo, duración máximo 1 hora; y para complementar los datos se realizará una ficha sociodemográfica.

La participación de los usuarios del proyecto de movilidad humana es voluntaria, y figurará en el consentimiento informado que expresa la confidencialidad y términos éticos del proceso. Se pondrá a su conocimiento el cronograma del desarrollo del Trabajo de Integración Curricular en el cual se realizará la aplicación de los reactivos psicológicos antes mencionados, con los cuales se pretende evaluar el nivel de resiliencia individual; así mismo se evaluará las estrategias de afrontamiento y elaboración del duelo migratorio en la población de Movilidad Humana que residen en la ciudad de Loja.

Una vez analizados los datos, los resultados obtenidos se socializarán y se entregará los reactivos psicológicos aplicados al responsable del proyecto. Posterior a ello se procederá a elaborar un plan de intervención psicológico, así como la ejecución de talleres de psicoeducación con los temas de resiliencia y duelo migratorio, el mismo que se estructurará en base a los resultados encontrados con la supervisión de la psicóloga de la institución.



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Facultad
de la Salud
Humana

Aprovecho la ocasión para expresarle a usted mis sentimientos de consideración.


CIPSC

Dra. Ana Puertas Azanza Mgs
**DIRECTORA DE LA CARRERA DE
PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-UNL**



Archivo
APA/tsc

11.4. Anexo 4: Autorización de apertura en el Proyecto de Movilidad Humana

 **Prefectura**
LOJA
Crecer a través del progreso

Oficio n.º: GPL-DTH-2022-0294-OF
Loja, 19 de diciembre de 2022

Asunto: Notificación

Señorita
Jenny Susana Elizalde Guerrero.
Ciudad.-


De mi consideración:


En relación al Oficio. No. 549- C.PS.CL-FSH-UNL, de fecha 07 de diciembre de 2022, suscrito por la Dra. Ana Catalina Puertas Azanza, Directora de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja, tendiente a las facilidades para que Usted, pueda realizar su trabajo de Integración Curricular, con el tema: **"DUELO MIGRATORIO Y RESILIENCIA EN PERSONAS ADULTAS EN LA SITUACIÓN DE MOVILIDAD HUMANA QUE RESIDEN EN LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO 2022-2023"**, me permito indicarle lo siguiente:


Conforme al requerimiento formulado por la Directora de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja, se atenderá favorablemente el petitorio para lo cual se delega al Dr. Diego Antonio Márquez Carrión, en representación de la Dirección de Talento Humano del Gobierno Provincial de Loja, contactos al correo: dianmarca@hotmail.com, Tel: 0996508570, con quien coordinará el cronograma adjunto, a partir del día miércoles 21 de diciembre de 2022; y, de esta manera pueda realizar su trabajo de Integración Curricular.

Reiterándole mi sentimiento de consideración y estima.

Atentamente,


Ing. Juan José Orellana, Mg.
DIRECTOR DE TALENTO HUMANO
JJO0/dmc





DIRECCIÓN DE ACCIÓN SOCIAL
"MATILDE HIDALGO"
Recibido: Sra. Aguirre
Fecha: 20-12-2022
Hora: 11:21 am


Copia:

- Directora de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.
- Dirección de Acción Social
- Archivo DTH

JENNY SUSANA ELIZALDE GUERRERO
CI: 1717200636
CI: 0984921838.
CORREO: SUSANAGUERRERO@gmail.com

Ana Catalina Puertas Azanza
CI: 1103488605
Teléfono: 0981480508
correo: ana.puertas@unl.edu.ec


ÁREA DE MOVILIDAD HUMANA COORDINACIÓN UNL
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA


CIPIC

Juan Antonio Rodríguez y Remedios Viterbo. Loja, Ecuador
Teléfono: 0991 02 3078934 Fax: 0991 02 3078934
E-mail: direccion@unl.edu.ec www.unl.edu.ec

11.5. Anexo 5: Consentimiento informado



unl

Universidad
Nacional
de Loja



FORMULA DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Nombre del participante:

Fecha:

Estimado(a), mi nombre es Jenny Susana Elizalde Guerrero con número de cédula 1717200636, soy estudiante del 8vo ciclo de la carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja. Actualmente me encuentro realizando una investigación la cual tiene como objetivo el desarrollo de mi trabajo de titulación.

Usted ha sido invitado a participar de este estudio. Cuando usted participa en una investigación necesita una adecuada información para decidir sobre su cooperación en la misma. Con el fin de invitarle a participar en la presente investigación y obtener su consentimiento, se le solicita leer atentamente el siguiente documento.

A. **PROPÓSITO DEL PROYECTO:** Usted participará en una investigación de carácter académico formativo, que se realiza como trabajo de graduación de la carrera de psicología clínica de la Universidad de Nacional de Loja, con la misma se pretende indagar el *“Duelo migratorio y resiliencia en personas adultas en situación de movilidad humana que residen en la ciudad de Loja”*.

B. **PROCEDIMIENTO:** Si usted acepta participar en este estudio, se realizará lo siguiente: Se le solicitará completar los instrumentos de estudio: test psicológicos y cuestionarios. Y posteriormente se tendrá un segundo encuentro en casos específicos para completar datos de la investigación.

C. RIESGOS: Se espera que su participación en este estudio no conlleve ningún riesgo para su integridad física, psicológica o moral, ni costo económico alguno. Puede significarle alguna molestia o incomodidad, en el sentido de que implica referirse a su vida privada, sin embargo, cualquier inconveniente al respecto puede expresarlo libremente y recibirá la ayuda necesaria por parte de la investigadora.

D. BENEFICIOS: Como resultado de su participación en este estudio, si presenta alguna sintomatología a nivel psicológico obtendrá beneficio directo, es decir recibirá atención psicológica, además los resultados que surjan de la investigación beneficiará a la institución a la cual usted acude y la comunidad.

ASPECTOS A CONSIDERAR:

- Usted puede platicar con la investigadora sobre algunas dudas que surjan al momento de ser aplicadas las encuestas o reactivos psicológicos. Si requiere más información, puede obtenerla llamando al siguiente número 0984921 838; o contactarse por medio de correo electrónico: jenny.elizalde@unl.edu.ec. Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho de negarse a participar o a discontinuar su participación en cualquier momento.
- Su participación en este estudio es confidencial, los resultados podrían aparecer en un documento llamado tesis, en una publicación científica o ser divulgados en una reunión científica, pero de una manera anónima. La privacidad en ningún momento se podrá ver comprometida puesto que los instrumentos son anónimos y las únicas personas con acceso a la información serán quienes realizan la investigación
- No se perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. Me quedó clara la información que necesitaba para decidir acerca de mi participación en esta investigación. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada.

Por lo tanto: autorizo mi participación voluntariamente como sujeto de proceso investigativo.

Participante

Nombres completos: _____

Cédula o identificación: _____

Contacto telefónico: _____

Dirección domiciliaria/ Referencia: _____

Fecha: _____

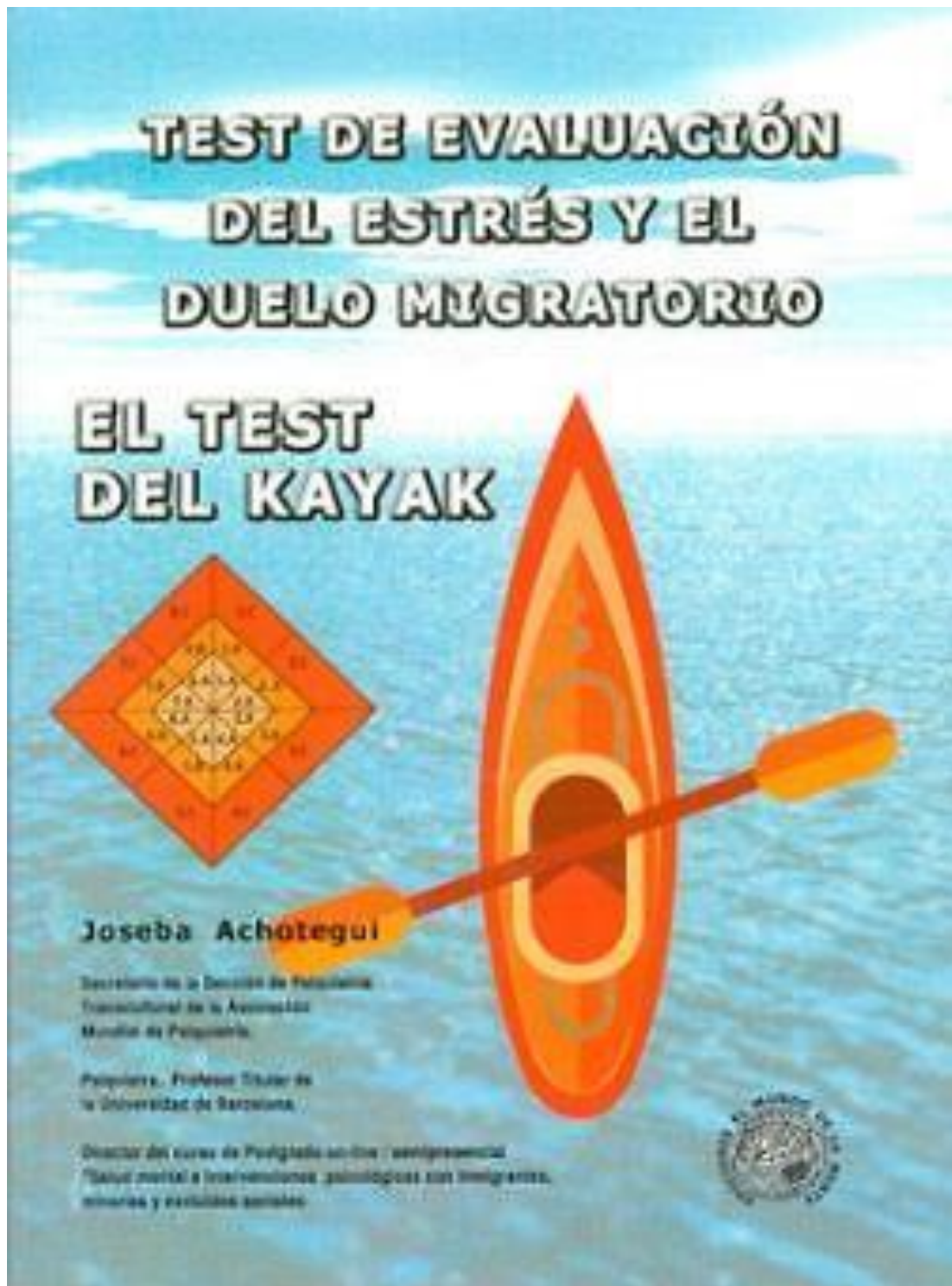
Investigador (a)

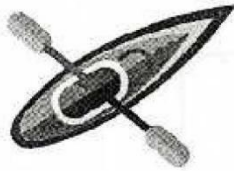
Nombres completos: Jenny Susana Elizalde Guerrero

Cédula: 1717200636

Contacto telefónico: 0984921838

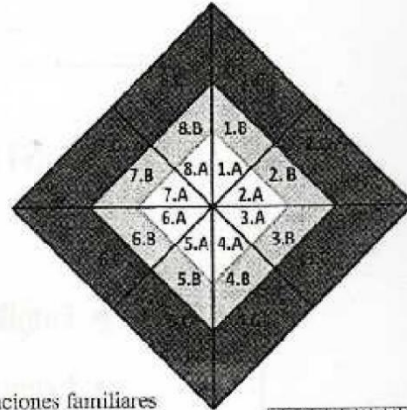
11.6. Anexo 6: Test del Kayak (Test de evaluación del estrés y el duelo migratorio)





DUELO POR LA FAMILIA INDICADORES

- A: Adaptado • B: Estrés o Duelo
- C: Desadaptado



- **Área 1 A:** tiene una actitud de dirigir, de planificar las relaciones familiares pero respetando a todos. Por ejemplo estar al tanto de los estudios de los hijos... 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 1 B y C:** tiene una actitud obsesiva de control de lo que pasa en la familia. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 2 A:** tiene una actitud de afrontar directamente pero con respeto los problemas de la familia. Por ejemplo si un hijo saca mala notas le reprende pero con respeto. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 2 B y C** tiene una actitud de enfrentamiento, pelea, bronca, en las relaciones familiares. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 3 A:** tiene una actitud de cierta distancia en los temas familiares, de no querer meterse. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 3 B y C:** tiene una actitud de huir de los problemas familiares, no querer saber nada. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 4 A:** tiene una actitud de cierta autocrítica sobre los temas familiares. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 4 B y C:** tiene remordimientos y culpa sobre las relaciones familiares: ejemplo por haber dejado a los hijos en el país de origen. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 5 A:** tiene una actitud de repensar los problemas familiares viendo cómo pueden mejorar las relaciones familiares. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 5 B y C:** tiene una actitud de desesperación porque no ve salida a los temas familiares, de tirar la toalla, se queda en blanco ante los problemas. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 6 A:** tiene una actitud relajada, de preocuparse poco de las relaciones familiares. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 6 B y C:** no quiere ni plantearse los temas familiares, pasotismo. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 7 A:** tiene una actitud activa de buscar soluciones a los problemas familiares. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 7 B y C:** tiene una actitud confusa, caótica, va haciendo cosas sin saber por donde ir en los temas familiares. 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 8 A:** tiene una actitud optimista, de luchar porque vayan bien los temas familiares 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- **Área 8 B y C:** tiene una actitud de exceso de optimismo en relación a los problemas familiares, todo está bien o todo se arreglará sin problema... 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

11.7. Anexo 7: Escala de Resiliencia de 14-Item (ER-14)

La Escala de Resiliencia de 14-Item (ER-14)

Fecha: _____

Por favor, lea las siguientes afirmaciones. A la derecha de cada una se encuentran siete números, que van desde “1” (totalmente en desacuerdo) a la izquierda a “7” (totalmente de acuerdo) a la derecha. Haga un círculo en el número que mejor indique sus sentimientos acerca de esa afirmación. Por ejemplo, si está muy de acuerdo con un enunciado, el círculo de “1”. Si no está muy seguro, haga un círculo en el “4”, y si está totalmente de acuerdo, haga un círculo en el “7”, y puede graduar según esta escala sus percepciones y sentimientos con el resto de números.

Haga un círculo en la respuesta adecuada	Totalmente en desacuerdo			Totalmente de acuerdo			
	1	2	3	4	5	6	7
1. Normalmente, me las arreglo de una manera u otra	1	2	3	4	5	6	7
2. Me siento orgulloso de las cosas que he logrado	1	2	3	4	5	6	7
3. En general, me tomo las cosas con calma	1	2	3	4	5	6	7
4. Soy una persona con una adecuada autoestima	1	2	3	4	5	6	7
5. Siento que puedo manejar muchas situaciones a la vez	1	2	3	4	5	6	7
6. Soy resuelto y decidido	1	2	3	4	5	6	7
7. No me asusta sufrir dificultades porque ya las he experimentado en el pasado	1	2	3	4	5	6	7
8. Soy una persona disciplinada	1	2	3	4	5	6	7
9. Pongo interés en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
10. Puedo encontrar, generalmente, algo sobre lo que reirme	1	2	3	4	5	6	7
11. La seguridad en mí mismo me ayuda en los momentos difíciles	1	2	3	4	5	6	7
12. En una emergencia, soy alguien en quien la gente puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
13. Mi vida tiene sentido	1	2	3	4	5	6	7
14. Cuando estoy en una situación difícil, por lo general puedo encontrar una salida	1	2	3	4	5	6	7

En esta investigación, la puntuación media de la escala es de 71 (DE = 32,81), y el rango de puntuación estará comprendido entre el mínimo 24 y el máximo 98 puntos.

11.8. Anexo 8: Entrevista de datos sociodemográficos



Ficha Socio Demográfica

El siguiente cuestionario tiene la finalidad de conocer los antecedentes sociodemográficos de los participantes de la investigación. Se solicita responder a la información y preguntas señaladas a continuación, según se requiera de acuerdo a su realidad.

1. Identificación Sujeto de Atención

Nombre y Apellido	
Fecha de nacimiento	
Nacionalidad	
Nivel de educación/profesión	
Sexo	
Estado civil	
Domicilio	
Teléfono	
Tiempo de residencia	
Motivo de migración	

2. Grupo Familiar

¿Con quién vive actualmente?, Especifique

¿Cómo describe su relación con las personas que vive?

3. Condiciones de Salud



UNL

Universidad
Nacional
de Loja



¿ Con qué frecuencia acude a una casa de salud?	
¿ Tiene alguna enfermedad crónica o aguda?, especifique	
¿ Toma algún tipo de medicamento?, especifique	
¿ En general, cómo calificaría su salud?	

4. Situación Económica

En que trabaja / Ocupación	
Ingreso mensual	
Egreso mensual	

5. Condiciones de Habitabilidad

Tipo de vivienda		Material de la vivienda		Numero de habitaciones		Condiciones de habitabilidad	
Propia		Fuerte		Habitaciones		Normal	
Arriendo		Ligero		Baños		Hacinamiento	
Cedida		Madera		Cocina			
Otro		Otro		Lavandería			

¿Alguna vez se ha sentido discriminado?

SI	
NO	

¿De qué forma?

11.9. Anexo 9: Certificado de traducción del Abstract



**FINE-TUNED ENGLISH
LANGUAGE INSTITUTE**

Líderes en la Enseñanza del Inglés

Lic. Katherine Novillo R.

ENGLISH TEACHER- FINE TUNED ENGLISH CIA LTDA.

CERTIFICA:

Que el documento aquí compuesto es fiel traducción del idioma español al idioma inglés del resumen del trabajo de integración curricular: **Duelo Migratorio y Resiliencia en Personas Adultas en Situación de Movilidad Humana que Residen en la Ciudad de Loja, periodo 2022-2023**, autoría de la señorita **Jenny Susana Elizalde Guerrero** con número de cédula **1717200636**, estudiante de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja

Lo certifico en honor a la verdad y autorizo a la interesada hacer uso del presente en lo que a sus intereses convenga.

Loja, 03 de abril del 2023



Lic. Katherine Novillo R.
Número de Registro 1008-2018-19998251

ENGLISH TEACHER- FINE TUNED ENGLISH CIA LTDA.

Matriz - Loja: Macará 205-51 entre Rocafuerte y Miguel Riofrío - Teléfono: 072578899
Zamora: García Moreno y Pasaje 12 de Febrero - Teléfono: 072608169
Yantzaza: Jorge Mosquera y Luis Bastidas - Edificio Sindicato de Choferes - Teléfono: 072301329

www.fte.edu.ec